आयुर्वेद सार दर्पण



आयुर्वेद सार दर्पण

(घेरलु वैद्य)

को

अकारादि विषयानुक्रमणिका

आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य)

को

पूर्वखण्डको विषयानुक्रमणिका सकियो

आयुर्वेद सार दर्पणको

(उत्तर खण्डको)

विषयानुक्रमणिका

ॐ

श्रीधन्वन्तरये नमः

आयुर्वेद सार दर्पण

''ठूलो आमय-जन्म मृत्यु हरने सत्-नाम छाडीकन
लाग्यौँ भौतिक रोगनाशक जडीबूटीहरू खोजन।
तिम्रो नाम, सुपथ्य औषधि मिले तापत्रयै नाश्छन
हे दीनेश ! गरोस दीनहरुको कल्याण यो दर्पण ॥

मोक्षै हो परमोच्च लाभ सबमा आरोग्य नै कारण
रोगी दीन कसोरि मुक्त बननन् ? हे देव ! नारायण ! ।
छूटोस् आपद दीन रोगिहरुको मेरो छ यो धारणा
हेरी....दर्पण यो जडीबुटि लिउन् सेवार्थ यो अर्पण '' ॥

अथ अजीर्णको उपाइ

सामृ (सामरी) नून फलाम्या भाँडामा पकाउनु, पिउनु अजीर्ण जा-अन्नरस जा।

अथवा- चाभो, ज्वानु, रायो, नूनसँग गोलि गरी राख्नु (खानु) अजीर्ण जा, अन्नरस जा।

अथवा- पुरानाधान उसिनी पिउनु अन्नरस जा।

अथवा- मूलाको बीउ खानु अन्नरस जा।

अथवा- तित्यापाती कुटी (थिचेर सोको रस) पिउनु अन्नरस जा।

अजैपाल खायाको उपाइ

मह, चुक एकत्र गरी खानु, अजैपाल खायाको निको हो।

अथवा- चुकानि खानु अजैपाल खायाको निको हो।

अथवा- वनसूप, गाईका दूधसँग खानु, अजैपाल खायाको निको हो।

अरिंगालले चिल्याको[1] उपाइ

मरीच पिनी लाउनु निको हो।

अथवा- अदुवा लाउनु निको हो।

अथवा- टिमुर पिसी लाउनु, अरिंगालले चिल्याको निको हो।

अर्धकपालिको उपाइ

सूर्यमण्डलको फूलका विआ मरीच घोटी शिर लेपन गर्नु अर्धकपालि निको हो।

अथवा- असुराको मन्टा, अढाई गेडा मरीच घोटी नस दिनु, अर्धकपालि निको हो।

अथवा- जेठिमधु, पिपलजरि, खाँड, घिउसँग (मिलाई) नस दिनु, अर्धकपालि जा।

अन्धा खटिराको उपाइ

ढुंगो तातो गरी सेकनु, अन्धो खटिरो जा।

अथवा- पुराना धानको भात गाईको दही हाली मुछनु, मनतातो गरी सात दिन सेकनु राजखटिरो जा।

---

१. चिल्याको = टोकेको।

अथवा- बाक्राको पित्त, मरीच घोटी लावनु, नस दिनु अचारि खटिरो जा।

अतिसारको उपाइ

गउँत मिसी दहीसँग खानु अतिसार जा।

अथवा- खिर्राका बिआ, खाँडसँग खानु बाल अतिसार जा।

अथवा- खुर्सानी, जवानु, लवाङ्ग, जाइफल, मरीच, खाँडसँग पिसी बिरालापद प्रमाण खानु, सबै अतिसार जा। रगत चुहुँदो रह।

अष्टाङ्ग दुखनाको उपाइ

सिमलि, गाईका गउँत (मिसी) (आङ) मर्दन गर्नु, आङ दुखन्या निको हो।

अथवा- काँचो लाहा, गोकुलधूप, मह खानु अष्टाङ्ग (दुखेको) निको हो।

आँखा चुहुन्या[१] को उपाइ

मह, पुनर्नवाको जरो घोटी लावनु, आँखा चुहुँदो निको हो।

अथवा- पुनर्नवाको जरो तेलसँग घोटी लावनु, आँखा चुहुँदो निको हो।

अथवा- (पुनर्नवाको जरो) पानीसँग घोटी लावनु निको हो[२]।

---

१. आँखा चह्रुहुन्या भनेको 'आँखाबाट पानी आउनु' लाई भनिएको हो।

२. आज्येन पुष्पं मधुनाश्रुपातम्
तैलेन कण्डु तिमिरञ्जनेन (जलेन)।
रात्र्यान्धकारं त्रिपयोभिधार्यं
पुनर्नवा नेत्र नवा करोति॥

आँखा सुजन्याको उपाइ

पुनर्नवाको रस, अदुवाको रस, अफिम, तीनै थोक मिसी (सफा कपडामा छानी) लावनु, गर्मि गरी आँखा सुकाउनु निको हो।

अथवा- लोत? फिट्किरी, हलेदो, तीनै थोक एकत्र गरी पिसनु (सफा कपडामा छानी) लावनु, आँखा सुन्याको (सुन्निएको) जा।

उपर्तलिको उपाइ

सिंधो (सिधेनून), धोसो (ध्वाँसो ?) बासि पानीसँग पिउनु उपर्तलि[1] रह।

अथवा- कवल गेडा (कमलगट्टा) को गुदी, गोलकाँक्रिका विजा पिसी खानु, उपर्तली रह।

अथवा- कागुनाको सातु, श्रीखण्ड, पिपला पिसी महसँग खानु उपर्तली रह।

अथवा- सिमलको बोक्रो पिसी पानीसँग खानु उपर्तली रह।

अथवा- काँचो हलेदो, जाइफल, अफिमसँग खानु उपर्तली रह।

अथवा- कार्तिक, वैसाख, जेठ (को) ? हिङ डाढा दिनु (दाँतको दारामा राख्नु), चुकानि खानु उपर्तली रह।

अथवा- नरिवल घोटी पिउनु उपर्तली रह।

अथवा- हरिणको सिङ, सखर मिसी पानीसँग खानु वेगारी रह।

अथवा- मइन (मैन) फल, पिसी तातापानीसँग खानु वेगारी रह।

अथवा- जामुनाको बोक्रो बासी पानीसँग खानु वेगारी रह।

---

१. उपर्तलि = औडाहा, छटपटी।

अथवा- मह, बोझो, तातापानीसँग पिउनु उखाल हो ।

उखालो थामिनाको उपाइ

हरिणको सिङ, केराउको सातु, मह, खाँड, घिउ, पानीमा च्याली पिउनु वेगारि रह ।

अथवा- जामुनाको बोक्रो बासी पानीसँग खानु वेगारी रह ।

उँघाको उपाइ

आलै रक्त लावनु, उँघा निको होइ ।
अथवा- भेडा, बाक्राको बोसो लावनु उँघा निको हो ।
अथवा- चिलाउने काठको माटो लावनु उँघा निको हो ।
अथवा- पैजाँको खोटो लावनु उँघा निको हो ।

उकुद (ज) को उपाइ

काला कमिलाको गोलो पोलनु, तिल तेल मिसी लावनु उकुद जा ।

अथवा- केराको गोधो (गुदो) पोली करुवातेल (तोरीको तेल) सँग लावनु उकुद जा ।

औलो - ज्वराको उपाइ

गुर्जो १ (भाग), सुठो १ (भाग), उमाली पिउनु जरो जा ।

अथवा- अरेंठको जरो (भाग) १, कठाई ? (कण्टकारी) को जरो (भाग) १, सुठो (भाग) १, गुर्जो, तिते इति (एति) उमाली खानु नित्य जरो जा ।

अथवा- हिङ, गाईको घिउ, सौंप पिसी नस दिनु नित्य जरो जा ।

अथवा- बाटुल्यात्या उमाली पिउनु नित्यजरो जा ।

अथवा- धनिञाँ, नागरमोथ्या, सुठो, कंटाई ? (कण्टकारी) (यति एकत्र गरी पिसी खानु) पिउनु जरो जा ।

अथवा- अरेंठको जरो, बोझो, हरडा, सुठो यति सम गरी उमाली पिउनु ज्वरो जा ।

कर्णशूलको उपाइ

सजिउन, तिल तेल पकाई लावनु कर्णशूल जा ।

अथवा- सिंधो (सिधेनून) बाक्रिका दूध पकाई कान घालनु[१] कर्णशूल जा ।

अथवा- सुठो, हिंङ, टिमुर पिसी लावनु कर्णशूल जा।

अथवा- बिंबिंराको रस, अमलाको रस, गोमूत्र गरी कान (मा) घालनु, कर्णशूल जा ।

अथवा- सुठो, देवारको तेल, बोझो, सिंधो (सिधेनून), कुट, सहस्त्रमूलो, यानि ? (तत्काल ब्याएको) बाक्रिका दूधसँग पकाई कान घालनु; लावनु कर्णशूल जा ।

कमलरोगको उपाइ

तालु पुछनु (कपाल काट्नु - फाल्नु), सिउँडीको दुध, सिन्दूर शुचा सम गरी तालु घंसनु, कमलरोग[२] जा ।

---

१. घालनु भनेको 'हालनु' भनिएको हो ।

२. कमलपित्तसम्बन्धी रोगलाई 'कमलरोग' भनिएको होला । यस रोगमा पछि गएर शरीर (हात, खुट्टा, निधार, आँखा आदि) सबै पहेँला हुन्छन् ।

काँसाको उपाइ

हरडा, धनिजाँ, रायो, टिमुर, चिकुठा ? ज्वानु, सिंधो (सिधेनून), सौचल, तितेको फूल-मंजरी सम गरी पिसनु, गाईका घिउसँग खानु काँसो उब्सा सो जा ।

अथवा- सिमली, ज्वानु, सुठो, हरडा, हिङ सम गरी ताता पानीसँग खानु काँसो उब्सा सो जा ।

अथवा- भालुको पित्त[1], कस्तुरी (मिलाई खानु) काँसो * उब्सा सो जा ।

अथवा- कनिक्याकुह्रो, काँचो हलेदो, गाईका दहींसँग अवला (अमला) प्रमाण खानु, काँसो उब्सा सो जा ।

अथवा- त्रिफला[2] त्रिकटु[3], मिसी वस्त्र गलित गर्नु (छान्नु), चुकको पुटक दिनु, अवला (अमला) प्रमाण खानु, काँसो उब्सा सो जा ।

अथवा- काँचो सत्तिसाल बिहान भिजाई बेलुकी (निस्ता पेटमा) खानु, काँसो उब्सा सो जा ।

अथवा- साल (को एवं डुम्रीको पानी) भिजाई खानु, काँसो उब्सा सो जा ।

---

१. भालुको पित्त १ रत्ति जतिभन्दा धेरै खानु हुँदैन, ज्यादा गरम गर्दछ ।
* भालुको पित्तका साथमा सम्भव भए दुम्सीको भूँडी पनि मिलाएर खाने गर्दछन् । यसले छाती दुखेको पनि आराम हुन्छ । यो रोगलाई कफशूल पनि भन्दछन् ।
२. हर्रो, वर्रो, अमला समभाग भएकोलाई त्रिफला भनिन्छ ।
३. सुठो, पिपला र मरीच ।

कुपथको उपाइ

मासुको पथ गुड खानु ।
खिरको पथ दही खानु ।
दहीको पथ विरेनून खानु ।
मकैको पथ नून अमिलो खानु ।

नूनको पथ पानी खानु ।
बटुकको पथ नून-पानी खानु ।
माछाको पथ हिङ-सौचल खानु ।
दूधको पथ खाँड खानु ।

बासि खायाको पथ हरडा खानु ।
अमिलाको पथ गहुँ पोली खानु ।
रोटीको पथ पान खानु ।
पिँडालुको पथ त्रिफला खानु ।

गुँडको पथ दूध खानु ।
सिखर्नीको पथ लवाङ्ग खानु ।
खाँडको पथ मोही खानु ।
मोहीको पथ हर्दि खानु ।

स्त्रीदोषको पथ जाइफल खानु, कपूर खानु ।

सपना (स्वप्नदोष) भया हरड, जाइफल, गाईका दूधसँग खानु ।

जाइफलको पथ भईंजिरा खानु ।
जिराको पथ बासिपानी पिउनु ।
घिउको पथ अमिलो वा दूध, माँड खानु ।
गाजरको पथ सिंधो (सिधेनून) खानु ।

उँभो (उल्टी) भया मुलाका विआ खानु।

कटहरको पथ घिउ वा दूध अथवा तातो पानी (चिया) पिउनु।

कुष्ठिको उपाइ

कालो सर्प मारनु, कोरा (नयाँ) हाँडीमा हाली पोलनु भस्म गर्नु, वर्राको तेलसँग भस्म लाबनु कुष्ठि जा।

अथवा- हलहल्याको जरो चुकसँग लावनु कुष्ठि जा।

केशको उपाइ

मालकागुनाका दाना पिसी कालिगाईको दूध मिसी ज्वानोसँग मथनु। नौनीसँग लावनु, दूध भात खान दिनु, स्याहा (कालो) केश हो।

अथवा- करुवा तेल, सापको बोसो एकत्र गरी सातदिन सूर्य पाक गर्नु (घाममा सुकाई सो तेल लगाउनु) जोर्निका रउँ झर।

खलहलाको[१] उपाइ

केराका गानाको पानी, जवानु, सिमलको खोटो, धआँराको फूल यति सम गरी खानु खलहलो जा।

अथवा- गाईको घिउ, काँचो दूध, खाँडसित खानु, खलहलो जा।

अथवा-गोलगेडी (रातिगेडी ?) गेरु, पानी पकाई खानु खलहलो जा।

अथवा- गुराँसको फूल, कवै ? का जरा, अँकरा पिसी खानु, खलहलो जा।

१. रजोवती एवं प्रसूती स्त्रीहरूको बढि रक्तश्राव हुँदाको उपाय।

अथवा- इन्द्रेणीको बिजा, हलेदो, खयर, मुगिको सातु, कात्तिकी मह सम गरी पिसनु खानु, खलहलो रह ।

अथवा- अवला, पुनर्नवा, मोथ्या, महसँग खानु, खलहलो रह ।

अथवा- बाटुल्पात्या, चुत्राको छाला (बोक्रा), खयर, जेठिमधु, कात्तिकी मह, चौलानीसँग खानु खलहलो रह ।

खराको उपाइ

धनिञा, कस्तुरी, अमृसाको जरा, एकत्र गरी पिसनु, पियावनु खरो जा ।

अथवा- कुभिण्डो उसिनी बाफ लिनु खरो जा ।

अथवा- सहरको पित्त, कस्तुरी, चिनी पियावनु; दोष खरो जा ।

अथवा- जाइफल, कपूर सम गरी 'बरि' बाँधनु एक-एक गोली खानु, दोष खरो जा ।

खराजुडाको उपाइ

कपूर, कस्तुरी, अढाई गडा मरीच, सिस्नाको रस खानु, लावनु खरोजुडो[१] जा ।

अथवा- रायो भुटी हिङ धराई जिरा समेत चुकानि खानु खरजुडो जा ।

अथवा- धतुराको रस, आँपको रस, कैंडलको रस, करुवा (तोरीको) तेलसँग पकावनु, तेल मर्दन गर्नु खरजुडो जा ।

१. हुन त यसको शब्द शुद्धितर्फ हेर्ने हो भने 'षट्ज्वरो' भन्नुपर्ने हो, किन्तु गाउँ घरमा षट्जुरो, षट्जुडो, खरजुडो भन्दछन् । यो रोग बढ्दै जाँदा केही सूज हुन गएको पनि देखिन्छ ।

अथवा- जवानु, सुठो, खुदो तताई खानु जुडा निको हो ।

खजुराले खायाको उपाइ

बिच्छी मारी पिसी लावनु, खजुराले खायाको निको हो ।

अथवा- खजुरो मारी लावनु निको हो ।

खोइराको उपाइ

मरीच, शूचा, अैश्याली (अरेली) का रससँग लावनु खोइरो जा ।

अथवा- माखा मिची लावनु खोइरो जा ।

अथवा- विविंराका जराको रसमा अफिम घोटी लावनु खोइरो जा ।

गडेरी खटिरोको उपाइ

सिधेनून, करुवा तेलसँग गुह्यमा लावनु; गडेरी खटिरो निको हो ।

अथवा- बाटुल्पात्या बुकुनि गरी घालनु गडेरी जा ।

अथवा- महुर्मुलो ? गाईको घिउसँग या करुवा (तोरीको) तेलसँग लावनु गडेरी जा ।

ग्रहकपटको[1] उपाइ

पहिले पहिले पखाल लिनु (दस्त गराउनु), खिर्राको दुध,[2] नून पिसी खानु कपट जा ।

अथवा- पोल्याका हरडा भाग १, काँचो हलेदो भाग १, पोल्याको

---

१. यसलाई वेगार (विकार) परेको पनि भन्ने चलन छ ।

२. खिर्रा, चितोको प्रयोग बडो सावधानीका साथ र १-२ थोपा मात्र प्रयोग गर्नुपर्दछ । नत्र पोल्ने उच्छ्रने हुन्छ । आँखामा परे फुट्न पनि सक्छ, यी विषैला चीज हुन्, चितोको अपेक्षा खिर्रो अझ विषालु हो ।

सुठो भाग १, काँचो सुठो भाग १ यति एकत्र गरी तिताजराका पानीसँग पियावनु कपट जा ।

अथवा- चिताको जरो गोमूत्रसँग पियावनु, कपट जा ।

अथवा- चून, भृंगिराज पिसी कागजमा बाँधी निबुका फेसमा ? घाली राति बाहिर राखनु, तब खानु, कपट जा ।

अथवा- हिङ भाग १, सेतो (फूल फुल्ने) बलु भाग १ खानु कपट जा ।

अथवा- जब उखाल पखाल हो त चिसापानीले हात धुनु, विऱ्या (विरे) नून, दही, भातसँग खानु, उखाल पखाल रह[१] ।

गानाको उपाइ

छिउँकेझार, जवानु, सुठो, सौचल, चिताको जरा, सिमलीका जरा सम गरी (पिसी) खानु, गानु आव ।

अथवा- पिपलजरी, सिंधेनून, जवानु, हरडा (हर्रो), सुठो सब चूर्ण गरी सम गर्नु, (तब कुटी छानी सो चूर्ण) तातो पानीसँग खानु, गानु थात आव ।

अथवा- चरिअमिलीको रस (सफा कपडामा छानी) स्त्रीका (भए) वाम आँखा, पुरुषको (भए) दाहिने आँखामा घालनु, गानु थात आव ।

अथवा- मैनफलको छाला (बोक्रा), आँपको अन्तर छाला (बोक्रा) कुटी (छानी) खानु, गानु थात आव ।

---

१. वेगारको औषधि खाँदा बढि दिशा-पखाला गइरह्यो भने विरेनून, दही भात आदि कब्जियत हुने चीज खानु भनिएको हो ।

गाँडको उपाइ

समुद्रफल, हलेदो, गाईका घिउसँग लावनु गाँड सुक ।

अथवा– अमलाको जरो, वाक्पति (वृहस्पति-तिष्य) नक्षत्रका दिन अक्षतापातीले पूजा गरी धूप हाली गलामा बाँधनु, गाँड सुक ।

अथवा– गैंडाको मासु तोला १, सुठो तोला १, मरीच तोला २ मिसी पिउनु, २९ दिनसम्म खानु, पानी[१] न पिउनु, सेलाइकन निस्तै भात खानु, गाँड सुक ।

गुद[२] आउनाको उपाइ

सौंप पिसी खानु, गाई घृत लावनु, धतुराको पातले सेकनु गुद निको हो ।

अथवा– अरिंडको तेल, बाक्रिको दूध मिसनु, गुद (मा) लावनु, अरिंड (अरेंठ) को पातले पोको बाँधनु, गुद भित्र जा ।

अथवा – मुसाको मासु कुट्नु, पोको बाँध्नु, गाई घिउले सेकनु गुद भित्र जा ।

गोडा फुटनाको उपाइ

तिल, नून, हर्दि, वेथेको खरानी, सर्सिउँ, नवनि (नौनी), धतुराका विजा, बाक्रीको मूत (यी सबै एकत्र गरी नयाँ हाँडिमा हाली पकाउनु), पग (पाउ) घसनु, फाट्या पग (फुटेको गोडा) निको हो ।

---

१. पानी धेरै न पिउनु ।

२. गुद आउनु भनेको ज्यादै पखाला र आउँ जाँदा–जाँदा बल परी गुदद्वारबाट बेर्नु निस्कनुलाई भनिएको हुनुपर्छ ।

अथवा- असुराको (मन्टा) चाँधन (चन्दन गरी) तरवा (पैताला) (वा फुटेको ठाउँमा) घसनु, फाट्या पग निको हो ।

अथवा- रायो, ज्यानु, गाईको दही, चकुंडसँग पिसी पग लावनु, फाट्या पग निको हो ।

घाउ लाग्याको उपाइ

जसकन घाउ लाग्यो, बहत रगत आवत, विष लाग मूर्च्छा परत गाईको नवनी (नौनी), दूध खानु रगत थामिय[1] ।

अथवा- फल्याको चावल अलुवा (भर्खर-नयाँ कुटेको चामल) मुठि १, खयर भाग ३, दारिमको छाला (बोक्रा) भाग ३ पिसी वस्त्र गलित[2] गरी थुकले मुछी घाउमा लावनु रगत रह ।

अथवा- (उपरोक्त औषधि) दिनमा ३ पटक तेलसँग लावनु घाउ पुरिय ।

अथवा- सेतो बरुवा, भालुको बोसो, सिउँडीको दुध[3] मिसी बासी गरी लावनु घाउ पुरिय ।

अथवा- अमला, मूत (गाईको ?) सँग लावनु, घाउ पुरिय ।

अथवा- सिमालीका पात, सापको रगत, मिसी लावनु, घाउ पुरिय । चोकटा भया बहिराव (भित्र विकृत वा खाल्टो परेको भए पानी पुरिन्छ भन्ने तात्पर्य हो) ।

अथवा- अरेंडको जरो लावनु घाउ पुरिय ।

---

१. गाईको नौनी र दूध न पाइए पगालेको (भरसक ताजा) घिउ मात्र भएपनि करीब ५ मुठी जति प्युनाले रगत थामिन्छ ।

२. यस पुस्तकको पूर्वखण्डमा 'वस्त्र गलित गर्नु' भनेको ' कपडाले छान्नु' भन्ने संझनुहोला ।

३. सिउँडी पनि खिर्रो भन्दा बढि विषालु हो ।

घाउ भित्रको तुस झरेन भने

तामा बाँसको आँख्लो घोटी लावनु, घाउ फुटी झर।

अथवा- तिष्य नक्षत्रमा पैजाँको जरो - वीजमा चाली पाखुरामा बाँधनु, घाउ न लाग। लाग्या पनि घाउ न फुट।

अथवा- साँपको बोसो, जराग्राको मासि, गाई घिउ मर्दन गर्नु; घाउ पुरिय। हात गोडाको नसा बिग्रेको निको हो।

अथवा- घोडाको टाप घोटी लावनु सोताका ? घाउ निको हो।

अथवा- सुँगुरको बोसो लावनु सो पाकी निको हो।

अथवा- लिंवागान पिसी लावनु सोलाको घाउ निको हो।

अथवा- कनिकाकुह्लाको जगे सुकाई बुकुनी गरी तेल पोली लावनु, स्व (सो) बुकुनी घाउमा घालनु (हालनु) पुरिय।

अथवा- खरायाको भुवा लावनु घाउ फुट्याको निको हो।

अथवा- अरेंडका पातको बुकुनी छर्नु, घाउ पुरिय।

अथवा- चर्‍यामिला (चरिआमिली) को बुकुनी छर्नु घाउ पुरिय।

घर पल्ट्याको उपाइ

दारिमको फल, सिमलको खोटो, जामुनाको बोक्रो, चौलानीसँग खानु घर पल्ट्याको[१] निको हो।

अथवा- बेलको पात, जाइका पात, दारिमको बोक्रो पिसी आङ चुप्रनु; घर पल्ट्याको निको हो।

अथवा- करुवा तेल, जवानु, घिउ भात खानु, न्यानु गरी सुतनु, सुत्क्यारिको घर पल्ट्याको निको हो।

---

१. घर पल्ट्याको - भंडार फर्केको प्रायः (गाई) भैंसी ब्याउँदाका समय हुने गर्दछ।

चटपटिको उपाइ

पिपला, हर्दि माथि हात पाव लावनु, शिरको चटपटी जा।

अथवा- सर्सिउँ पिसी बाक्रीका दूधसित भिजाई हात पाव लावनु, शिरको चटपटी जा।

अथवा- दही पैतालामा घस्नु; चटपटी जा।

अथवा- चुलाको माटो अष्टाङ्गमा लावनु निको हो।

चाञाँको उपाइ

मुसली कुटी लेप गर्नु चाञाँ जा।

अथवा- इन्द्रेणीको जरो बाक्रीका दूधसँग लेप गर्नु चाञाँ जा।

अथवा- पुनर्नवाको जरो (को रस) भृङ्गीराजको रस लेप गर्नु मुखको चाञाँ जा।

चिति-मसानको उपाइ

बोझो घोटी लावनु चितिमसान जा।

अथवा- हलेदो घोटी लावनु चितिमसान जा।

अथवा- तामो, टिमुर घोटी लावनु चितिमसान जा।

चिता (तो) प्रकरण

चितो भाग १, मरीच भाग १, पिपला भाग १, जवानु भाग १, सुठो भाग १, बोझो भाग १, बाटुल्पात्या भाग १, नागर्मोथ्या भाग १, भृंगीराज भाग १, हरिडा (हर्रो) भाग १, सिंधो (सिधेनून) भाग १, यति (यी सबै) सम गरी पिसनु, वस्त्र गलित गर्नु (छान्नु)

बिरालापद प्रमाण खानु, तातो पानी पिउनु मन्दाग्नी जा, वायुगुल्म जा, संग्रहणी जा।

(चितो) गाईका घ्यूसँग खानु पेटको शूल जा, स्त्रीदोष जा।

गुडसँग खानु पित्त जा।
महसँग खानु रक्तअतिसार जा।
चुत्राका रससित खानु औलो ज्वरो जा।
भलाया[1] सँग खानु जलग्रह जा।

छिन्नदाको उपाइ

जवानु, अक(रक) रा, धजराको फूल सम गरी पिसनु, गाईका दहीसँग खानु छिन्या निको हो।

जलग्रहको उपाइ

(लक्षण)– पेटभित्र पानी, गडवडा मुख, हातगोडा शूज, मुख सुक, हिंड्न न सक, अन्न न रुच, पेट बढ। ऐसो चिन्ह हो त जलग्रह जानु (जान्नु)।

(यसको उपाय) – कालासापका भस्म भाग ४, मनसिला भाग २, त्रिकुटा भाग ८, चितो भाग ३, तिडसा भाग २, त्रिफला भाग २, अजैपाल भाग २, टिमुर भाग १, यति सबै चूर्ण गरी एकत्र गर्नु, जयन्तीको रस पुट ७, सिउँडीको रस पुट ७, भृंगीराज रस पुट ७, अरिडको रस पुट ७ जब सुक तब चूर्ण गर्नु, मासा ४ खानु, जब पखाला लाव बहुत हो, तब दही भात खान दिनु, चिसो पानी पिउन न दिनु, पखाला रह, जलग्रह जा।

---

१. 'भलायो' एक प्रकारको विष जस्तै हो। कसै कसैलाई उच्छ्रने पाकने गरी ज्यादै दुःख दिन्छ।

जनै खटिराको उपाइ

चमेलीका पात नवनी (नौनी) मिसी लावनु, जनेउ खटिरा निको हो।

अथवा- माहुर, मूलासँग लावनु; जनेउ खटिरा निको हो।

ज्वराको उपाइ

पिपला, कालो जीरा, मेथी, कालो तिल, भलायो सम गरी मिसी कुटनु, महले गोली बाँधनु, तातो पानीसँग खानु तिजरो जा।

अथवा- वासक (असुरो) भाग १, बाटुल्पात्या भाग १, छतिवन[1] को बोक्रो भाग १, यी सब मिसी चूर्ण गर्नु, चुवा ? का पातका पानी रस घाली बरी बाँधनु। आइत, मंगलवार पारी गोली खानु। दही, भात खानु, तिजरो जा, चौथो ज्वरो जा।

अथवा- बैर (बयर) को जरो साँझ जाई (गई) मन्त्री (निमन्त्रण गरी) आउनु, प्रातः गई ल्यावनु, गला बाँधनु, केराका पातको टुप्पो समेत बाँधनु, सबै ज्वरो, काँसा ज्वरो, काम ज्वरो, सबै ज्वरो जा।

झाँलाको उपाइ

काँचो हलेदो, मरीच, धनिआँ यी सब एकत्र गरी पिसनु, काला उँखुको खुदोसित तातो गरी पिउनु, झ्वाँला जा।

अथवा- लाटोकोसेरोको बोसो मासा २, अरेंठको तेल तोला २ दुवै मिसी ततावनु, त्यसैले मर्दन गर्नु, अरेंडको पात तातो गरी कपाल सेकनु, झाँला जा।

---

१. छतिवन गर्भवती महिलाहरूलाई दिनु हुँदैन, गर्भ तुहाउन सक्छ।

थुनिलोको उपाइ

कटहरको गुदी लावनु थुनिलो जा।

(अथवा- इन्द्राणीको जरो घोटेर लावनु थुनिलो निको हो)।

दन्तपीडाको उपाइ

रातोगेडीको जरो कान बाँधनु दन्कनु जा।

अथवा- खयर, जाइका पात, ल्वाङ, कपूर, अवलाको पात मिसी दाँत घालनु, दन्तपीडा जा। सबै दन्कनु जा।

अथवा- नागबेलीको पात, जाइको पात, मिसी चबाउनु, हल्लँदा दाँत निको हो।

अथवा- सिस्नाको जरो मंगलवारका दिन कान बाँधनु; दन्कनु जा।

दग्धिको उपाइ

दही, कालो उँखुको खुदो, अदुवा, चुकसँग खानु दग्धि जा।

अथवा- चुक, मरीच, खुदो खानु दग्धि जा।

अथवा- चुक, अदुवा, गाईको दहीसँग धनिआँ हाली खानु दग्धि जा।

दिवस तारा देखिनाको उपाइ

अगस्ति फूलको रस अञ्जन गर्नु, दिवस तारा (देखिन्छन्?)।

देउकाँढाको[१] उपाइ

सत्तिसाल घोटी पिउनु देउकाँढा जा।

१. देउकाँढा = देवबाण - वायुवाण अर्थात् बाण परेको।

अथवा- बडविहि निस्तापेट खानु देउकाँढा जा।

अथवा- हिङ घोटी पिउनु देउकाँढा जा।

अथवा- अढाइ गेडा मरीच, धतुराको रस (२-३ थोपा) सँग खानु देउकाँढो जा। वह निको हो।

धातुको उपाइ

जाइफल तोला १, ल्वाङ तोला १ जाइका पात तोला १, अकरा (अकरकरा ?) तोला १ पिपला तोला १, कस्तुरी तोला १ यति मिसी पानका रससँग घाली ७० वटा गोली बाँधी एक साँझ, एक बिहान खानु २१ दिन खानु, स्त्री छाड्नु, भिण्डो[1]? (कुभिण्डो ?) नखानु, बयालो कुरा न खानु, अमिलो, पीरो न खानु देह पुष्ट होइ।

अथवा- केशरी दोकरा १, जाइफल दोकरा १, ल्वाङ दोकरा १, कस्तुरी तोला १, यी चार थोक एकै-एकै (एक्लै-भिन्न-भिन्नै) पिसनु, मधुसँग गोली बाँधनु, प्रभाति दूधसँग खानु, देह पुष्ट होइ।

अथवा- मान्याको ताबो[2], ल्वाङ, जाइफल, मरीच, ज्वानु, विजया (भाङ), शूचा, काफलको बोक्रो एकत्र गरी पिसनु, मधुले केराउ प्रमाण गोली बाँधनु, एक बिहान एक साँझ खानु धातु पुष्ट हो, थंवन (स्तम्भन) हो, देहि लाल हो। भोक लाग, पेट बाढन्या निको हो; सर्वव्याधि जा।

नशाको उपाइ

पिरो बकाइनाको रस दिन ७ खानु, काला नशा सेता हो।

---

१. भिण्डो भनेको - कुभिण्डो भनिएको हो वा भेण्डी (भेंडेरी) लाई भन्नखोजेको हो; हामीले थाहा पाउन सकिएन ?

२. मन्याको ताँबो भन्नाले 'ताम्र भम' लाई भनिएको हो। आयुर्वेद औषधालयहरूमा पाइन्छ।

अथवा - लोहो ? (रगत) निकालिदिनु, नशा निको हो ।

निरन्द[१] को उपाइ

सौचल भाग १, सिंधो (सिधेनून) भाग १, पिसी मलद्वार घसनु, पेठ निरन्दन जा ।

अथवा- अवला, सुठो, मह खानु निरन्दन जा ।

अथवा- अरेंडको तेल पियावनु निरन्दन जा ।

नेत्ररोगको उपाइ

माखाको विष्टि, घरको ध्वाँसो, सिन्दूर, गाईको घिउ काँसाका भाँडामा खल गर्नु, घसनु, आँखा पट लावनु ।

अथवा- सुठो, सिंधो (सिधेनून) उसिनी खल गर्नु, आँखा अञ्जन गर्नु, आँखाको खोइरो जा ।

अथवा- जेठिमधु, बाक्रीका बकौंला घोटी आँखा अञ्जन गर्नु, आँखा डहँदो निको हो ।

अथवा- त्रिफला, भृंगीराज, अरेंडको डाँकलो ? (डाँठ) भित्र हालनु, खाप्प्रा ? घोटनु, दाग लाग्याको पुछ परेला लावनु; वभनि निको हो ।

पखाल थामनाको उपाइ

निलाकवै, स्त्रीको दूध, मे (मि) हलको[२] रस घाली पिसनु, खानु पखाला रह ।

---

१. निरन्दर (निरञ्जन) भनेको दिशा-पिशाब रोकिने हो ॥

२. मिहल = नासपाती जस्तै पात हुन्छ, बोटमा काँढा हुन्छ, यसैलाई जंगली नास्पाती पनि भन्दछन् ।

अथवा- उर्द्धवा ? कालो गरी धनित्राँ खानु; पखालो रह।

अथवा- बाखीका दूध, कैंडलको छाला (बोक्रा) को रस पिउनु पखालो रह।

अथवा- कैंदल (कैडल) को बोक्राको रस, साधनको बोक्राको रस मोहीसँग खानु पखाला रह।

अथवा- हरडा, मरीच, खयर, (एकत्र मिलाई चूर्ण गरी) गुड (मिलाउनु, अनि) नौनीसँग खानु पखाला रह।

अथवा- सिमलको बोक्रो कपडछान गरी महसँग खानु; पखाला रह।

पारो खायाको उपाइ

शउ (सौंर-संगुरको) फूल, सयेल (छायाँमा) सुकाउनु, पिसनु, वस्त्र गलित गर्नु (छान्नु), पुराना गाईका घिउसँग साता दिन खानु, 'भाँडामा पिशाव गर्नु ?' सर्व पारो झर।

अथवा- पारो भाग १, नीम भाग १, निवुको रस काँसाको भाँडामा खल गर्नु मर्दन गर्नु साता १ मूतबाट पारो झर।

प्यास (बढि तिर्खा लागिरहेमा) को उपाइ

अढाई गेडा मरीच, किम्बुको बोक्रा, अदुवाको रस, काँचो हलेदो, तिते समगरी पिसनु, जिभ्रामा घसनु, तिर्खा जा।

अथवा- गुर्जाको रस तातो गरी, मरीच पिसी हालनु प्यास जा।

अथवा- त्रिफला, मह, भृंगीराज खानु तिर्खा जा।

अथवा- ल्वाङ्ग, जाइफल, मोथ्या (मोथे) का जरा चिसोपानीसँग खानु तिर्खा जा।

अथवा- खमारीका फल, खाँड हाली खानु तिर्खा जा।

अथवा- माटाको भाँडाको पानी तोला १, गुड तोला २ उमालनु, मुख मुदि ? राख्नु, जब तात तब बाफ लिनु; तिर्खा जा ।

पेट फुल्याको उपाइ

सुहाग भाग ५, हिङ भाग १ फुराउनु, पिउनु निको हो ।

अथवा- जवानु, नून उमाली पिउनु पेटफुल्याको निको हो ।

अथवा- सुठो, सिंधो (सिधेनून) मरीच, ज्वानु, हरडा पिसी अम्ला प्रमाण खानु, ताता पानीसँग पिउनु पाच हो ।

पित्तको उपाइ

पुरानु शुचा, ल्वाङ, धनिञाँ, गुडसित खानु पित्त जा ।

अथवा- बाटुल्पात्या तातो गरी पिउनु पित्त जा ।

अथवा- बोझो घोटी लावनु (खानु) पित्त जा ।

पिनासको उपाइ

भटकटार्यीं, पिपला, बोझो, खयर, सुठो, मरीच, सिंधो (सिधेनून) सम गरी तेलसँग पकाउनु, सो तेल नस दिनु पिनास जा ।

अथवा- त्रिफला पिसनु, नस दिनु, कोही मोहीसँग खानु निन्याई जा ।

अथवा- मरीच, सुठो, मगरकाँजिका रससँग खानु निन्याई जा ।

अथवा- अज्यैपाल भाग १, खयर भाग १, भैंसी-नौनीसित लेप गर्नु पिनास जा ।

अथवा- काफल को बोक्रो भाग १, खयर भाग १, अजैपाल भाग १, पिसी भैंसीका नौनीसँग लावनु पिनास जा ।

अथवा- भलायो, अजैपाल, कुट, नीम, राजवृक्षको गुदी समगरी पिसनु, भैंसीका नौनीसँग लावनु पिनास जा।

पेट दुखनाको उपाइ

लवाङ्ग भाग १, जाइफल भाग १, विजया (भाङ) भाग १, स्वाग (सुहाग) भाग १, दारिमको बोक्रो भाग १, यति पिसी गोली बाँधनु, एकसाँझ एक बिहान खानु, (पेट) दुःख निको हो।

अथवा- न अमिल्या (न अमिलीएको) दही, अनदीका चिउरा खानु, दुःख निको हो।

अथवा- जिरो तोला २, आधा पोली, आधा काँचो, गाईका दहीसँग खानु पेट दुःख निको हो।

अथवा- जाइफल, हरडा, लवाङ्ग, शुचा मिसी खानु रक्त मासि जा।

अथवा- विरौ (विमिरा) का दाना खानु पेट दुख निको हो।

पेटका जुकाको उपाइ

नून, चुक, वासी पानीले रोटो पकाई खानु, सब जुका मर।

अथवा- हरडा (हर्रो), गोब्बर, पकाउनु, सुहाग फुराई हालनु, सम गरी पिसनु, गुडसँग खानु, तातो पानी पिउनु, बालकी कीरा झर।

अथवा- कौडो पोलनु, सुहाग हालनु, हिंङ, पिपला, मरीच, विरेनून, ज्वानु, एकत्र गरी कोरा (हरियो - काँचो) बाँसमा पकाउनु, एकत्र गरी कोरा (हरियो - काँचो) बाँसमा पकाउनु, धतुराको रस थोपा २ हालनु, सर्व शूल जा।

पैठानी[१] को उपाइ

काला तील, भलायो, दुवै सम गरी खानु, पैठानी निको हो।

अथवा-(खैसाँड़ खानु ?) गंधक, सुपारी, जाइफल, निलोतुथो एकत्र गरी गाईको घिउसँग लावनु पैठानी निको हो।

अथवा- धनिआँ, अलैंची, तेजपात, भृंगीराज, डुम्रीको फल, गाईको घिउ एकमुठी खानु, पैठानी थाक।

फियाको उपाइ

पत्तकवारी (घ्यूकुमारी) को गुदी, सिंधो (सिधेनून) नौनीसित खानु फियो जा।

अथवा- पलाँशका पात २, बाख्रीका दहीसँग पकाउनु; १ पिपला, महसँग खानु फियो जा।

अथवा- दारिमको छाला (बोक्रा), नीमको पात, आव (आँप) को पातको भस्म एकत्र गरी पिसनु, पेट लेपन दिन ३ गर्नु फियो जा।

अथवा- पिपला, बाख्रीका मूतमा पकावनु, पेट लेपन गर्नु फियो जा।

अथवा- बकाइनाको पात, सामरी (राजस्थानी) नून सेर १, गुडसँग नयाँ हाँडीमा घाली पकावनु, ३ वर्ष (पुरानो) गुड, देउवा? भाग १, सुवांग भाग तोला १ यति सब मिलाई दिन १४ रोज खानु फियो जा।

---

१. पैठानी = पाठन-सुजाक।

फूलाको उपाइ

कौडो, चुक पकावनु, कौडो पोली खरानी गराउनु, नौनीसँग अञ्जन गर्नु फूलो जा।

अथवा- खरिका बित्राँ, अढाई गेडा मरीच घोटी लावनु, बादल फूलो जा।

अथवा- शंखचूर, मनशिला, सिंधो (सिधेनून), भृंगीराजको रस हाली खल गर्नु, आँखा अञ्जन गर्नु फूलो जा।

अथवा- कालो हलेदो, हरिताल[१], अदुवाको रस, सिंधो यति सम गरी मिलाउनु, गउँतसँग लावनु, दिन्याई जा।

अथवा- चच्यामिलाको रस लावनु फूलो जा।

अथवा- घोर्टाप्रा (घोल्टाप्रे - ब्राह्मीझार) को जरो, बूढा सिउँडीको दुधसँग लावनु, दिन ७ मा दिन्याई जा।

अथवा- हलहल्याको जरो घोटी लावनु, घाममा सुकाउनु दिन्याई जा।

(आँखामा लगाउने यी घरेलु औषधीहरू सफा कपडामा छानेर र होशीयारीपूर्वक मात्र प्रयोग गर्नु)।

बघ्रौंझारनाको उपाइ[२]

भिण्डाको[३] जरो पोली घा (उ) मा लावनु, बघ्रौं जा।

---

१. हरिताल विष हो, यसलाई संशोधन गरेर मात्र प्रयोगमा ल्याउनु पर्दछ। आयुर्वेद औषधालयहरूमा संशोधित गरेको पनि पाइन्छ।

२. बघ्रौं भनेको बाघे खटिरालाई भनिएको होला?

३. भिण्डो भन्नाले कुभिण्डो भनिएको हो वा भेण्डीलाई संकेत गरिएको हो? हामीले बुझ्न सकेनौं।

अथवा- खरायाको लिँडी पिसी लावनु बग्रौं जा।

बहिराको उपाइ

नगबोझो, कुचिला, नृविषी, बाख्रीका मूतसँग पिनी (सातो १ बोली र?) कान घाली सुतनु, बहिरो कान सुन।

अथवा - सिउँडीको दुध र गोघृत कान घालनु, कान सुन[३]।

अथवा - माछाको पित्त काँसाका भाँडामा खल गर्नु, कान घालनु, दुख्तो कान निको हो।

अथवा - भृंगीराज मिची (छानी) (सो रस) कान घालनु चर्कंदो कान निको हो।

अथवा - मुसली, सिंधो (सिधेनून), पिपला एकत्र गरी कान घालनु (हालनु) बहिरो कान सून।

अथवा - माहुर (मेंहदी ?) निचोरी कान घालनु, पाक्यो कान निको हो।

अथवा - खमारीको रस कान घालनु, पाक्यो कान निको हो।

बाँझि स्त्री गर्भिणी हुने उपाय

आँपको छाला (बोक्रा) पैसा (भाग) ४, बडहरको छाला (बोक्रा) पैसा ४, बयरको छाला (बोक्रा) पैसा ४, जामुनाको छाला (बोक्रा) पैसा ४, भदव (भदौ) को हर्रा पैसा ६, कटश्रया ? (पैसा ४), पक्का खयर तोला १, पलाँशा (पलाँश) को फूल तोला १, चंडिमालती तोला १, छोटिमाई तोला १, कहँ (ण) ला ? (काहुलो)

---

३. छोरी पाएको स्त्रीको दूध कानमा ३-४ थोपा राख्नाले कान दुखेको निको हुन्छ- (औ. पू. च.)।

तोला १, पलाँशा (श) को छाला (बोक्रा) तोला १, दाखको छाला (बोक्रा) र फूल तोला २, सब मिसी कुटनु, साँदी खानु बाँझी स्त्रीले पुत्र पाव सत्य:[1] ।

बाटुल्पात्या प्रकरणम्

बाटुल्पात्या, घिउ खानु पित्त जा ।
बाटुल्पात्या, अविजालो खानु शून्य जा ।
बाटुल्पात्या, घिउ खानु शिरको ब्यथा था ।
बाटुल्पात तातो गरी खानु पित्तरोग जा ।
बाटुल्पात, दही खानु कवल रोग (कमलपित्त.) जा ।
बाटुल्पात, मह खानु अतिसार जा ।
बाटुल्पात, मोही खानु अतिसार जा ।
बाटुल्पात, पिपला खानु स्वर आव ।
बाटुल्पात, त्रिफला खानु काँसो उब्सा सो जा ।
बाटुल्पात, सिमली खानु चाउथो जा ।
बाटुल्पात, पालुवा खानु खराई जा ।
बाटुल्पात, गुर्जो खानु औलो जा ।
अथवा- बाटुल्पात बोझो खानु औलो जा ।

---

१. सन्तान हुनु अरू पनि केही कारणहरू छन् । गाउँ घरमा प्रायशः स्त्रीहरूलाई नै दोष दिने गरिन्छ । अतः यो पुरुषमा पनि कमजोरी हुनसक्दछ । वीर्य नहुनु, वीर्य भए पनि शुक्राणु नहुनु आदि थेरै कारणहरू छन् । त्यसैले दुवै स्त्री पुरुषको परीक्षण हुनु आवश्यक छ । यद्यपि यस्ता परीक्षण गर्ने उपायहरू आयुर्वेदग्रन्थहरूमा प्रशस्त पाइन्छन् र यस पुस्तकको अर्को (दोस्रो) भागमा पनि सो विषय समावेश गरिने छ- सम्पादक ।

बाघे खटिराको उपाइ

बाघिनीको दूध पिउनु बाघ्या निको हो।

बौलाहा कुकुरले टोकेको उपाइ

(बौलाहा) कुकुरले खायाको ठाउँमा (घाउमा) पिंडालु कुटी (थिचेर) लावनु, खायाको निको हो।

अथवा- काग्चुसाका मुन्टा ७, अतर्छालो?, कुरिलाका जरा एकत्र गरी कुट्नु, निस्तै भातसँग खानदिनु, बौलाया कुकुरले खायाको निको हो।

भस्मेसोर मिलाउनाको उपाइ

सिउँडीका मन्टा, मह, विन्यानून भरि हाँडी हाली पकाउनु, तब भस्म गरी पोलनु, सो भस्म भाग १, मरीच (भाग)२, गुडभाग १, हिङ भाग १ यति एकत्र गरी पिसनु, बिरालापद प्रमाण गर्नु, फियो जा, काँसो उब्जा सो जा, वायुरोग जा। क्षेत्ररोग जा। अजीर्ण जा।

भृंगीको उपाइ

हरडा (हर्रो) को रस, अवलाको रस, भैंसीका दहीसँग च्याली तावाँका भाँडामा राखनु, जब सुक तब खुर्कीकन खटिरो धोई घा (उ) मा लावनु भृंगी थाक[१]।

अथवा- निलोतुथो, कुचिला, खयर काँसाभाँडामा राखनु, सूर्यपाक गर्नु, लावनु भृंगी निको होई।

---

१. भृंगीराजको रस मात्र लगाए पनि भृंगीरोग निको हुन्छ।

अथवा- वरुवाल, भेडी घिउ, जाइका पात पोली लावनु; भृंगी निको होइ।

भृंगीराज कल्प

भृंगीराज, भलायो खानु, कुष्ठरोग जा।
भृंगीराज, हरडा खानु जलोदर (जलग्रह) जा।
भृंगीराज, मह खानु, अतिसार जा।
भृंगीराज, तिल खानु कवलरोग (कमलपित्त) जा।
भृंगीराज, कुटकी खानु; औलो जा।
भृंगीराज, त्रिफला खानु शिरव्यथा जा।
भृगीराजको जरो कान बाँधनु; दन्कुनु जा।
भृंगीराज, दाख खानु, गानु आव।
भृंगीराज, चितो खानु मन्दाग्नी जा।
भृंगीराज निर्गुण्डी खानु औलो[१] जा।

मखाइको उपाइ

अढाई (गेडा) मरीच, मोराग्या ? रुद्राक्ष घोटी पिउनु, जिभ्रामा लावनु, मखाइ निको हो।

अथवा- गोलकाँक्रीका विआँ, जिरा, दहीगाल्य (दङ्गालो-दयाँरो) को जरो लावनु मखाइ निको हो।

माडको उपाइ

---

१. यो रोगमा मासको दाल, गुलियो, तामा, भेन्टा, माछा, मासु सेवन अहितकर हुन्छ।

पहिले पला ? दिनु, काय साधनु, मालकागुनका दाना १२ खुदाका दाना? नित्य दिन ४० दिनसम्म खानु, शरीर बल हो। पुष्टकारी हो। ज्योति देख। आङ कष्ट जा। चौरासी रोग जा। उखाला पखा भयापछि सुगन्ध चढाउनु, तब देवताको पूजा गर्नु, तब मालाकागुनका २ (पटक) मंत्री (मन्त्रना गरी) खानु, ४० दिन लगित (लगातार) खानु, मूर्ख भयाको पण्डित हो।

माकुराले छेरेको उपाइ

मरीच घोटी लावनु, माक्राले छेरेको निको हो।

अथवा - खुरासानी लावनु निको हो।

अथवा - पिपला घोटी लावनु माक्राले छेरेको निको हो।

मुसा भगाउन्या उपाइ

तिल, चुक, बिरालाकी विष्टी, हरिताल, बाख्रीको मूत, यति मिसी जिउँदा मुसाःकन चुप्रनु र छोडिदिनु मुसा न लाग, घर छोडी सबै मुसा भागनन्[1]।

मुसली प्रकरण

मुसली १, मरीच १, पिपला १ खानु, सो रस पिउनु आँखा दहँदो निको हो।

मुसली, भृंगीराज खानु हर्षा जा।

मुसली, ज्वानु खानु वायु जा।

---

१. मूल कापिमा यस शीर्षकमा मन्त्रको पनि उल्लेख गरिएको छ, तर आजकल मन्त्रतन्त्रमा विश्वास घट्दै गएकोले उपहास होइने हुनाले यहाँ सो मन्त्र राखिएन।

मुसली, मोही खानु पेटका जुका जा।
मुसली, भाँगो ? (भाङ) खानु सर्वशूल जा।
मुसली, निर्गुण्डीका रससँग खानु शरीर पुष्ट हो।
मुसली, चितो कान घाल्नु पाक्यो कान निको हो।
मुसली गउँतसित पकाउनु, चौलानीसँग खानु नित्य ज्वरो जा।
मुसली गउँतसँग खानु, औलो जा।
मुसली खाँड खानु प्रमेह जा।
मुसली, मह खानु तिजरो जा।
मुसली, मोही (गाईको) खानु, स्त्री पुत्र पाव।
मुसली गउँतसँग खानु नित्य जरो जा।

मुख गनाउन्याको उपाइ

पुनर्नवा भाग १, अपामार्ग भाग १, अरेंड भाग १, जराइति? भाग १, यति सम गरी मुख (कुल्ला) गर्नु; मुख गन्ध जा।

अथवा - केशरी, तेजिका पात, दाख, भृंगीराज, गाईको घिउ मिसि पिसनु, बुकुनी गराउनु, बिहान खानु, मुख गन्ध जा।

अथवा- हर्दि, दाल, हरडा, कुट, मोथ्या, मरीच, नीमको पात बुकुनी गरी गाईघृतसँग खानु सुगन्धी हो।

मेहराको उपाइ

फूलो पल्ट्याको (फुल्दै रहेको) काउछाको जरो, आँकको जरो पिसी 'भग' भित्र हालनु, स्त्रीको फूलो निको हो।

अथवा- धआँराको फूल, आँकको जरो, ज्यामिराको रससँग पिसनु, गाईका दूधसँग पिउनु फूलो निको हो।

अथवा- केशरी, कपूर, खुन्यानीको जरो सिमलको जरो सम गरी पिनी गाईका दूधसँग पिउनु स्त्रीको फूलो जा।

मोचको उपाइ

सिस्नाका मन्टा ७, जरा ७, असुराका मन्टा ७, जरा ७ पिसी वस्त्र गलित गर्नु (छान्नु), दहिला भित्र - बाहिड़ो ? (बाहिर) गोडो गरी पियावनु मोच जा ।

अथवा- बालख जीव ५ महिना (गर्भ) हुँदा वखध (औषधी) गर्नु, पुरुष स्त्री दुवै जनाले खानु; मोच जा ।

मोहनीको उपाइ

शंखमुखी, अधोमुखी, लजालु, गिरिकर्णिका, गोलोचन समायुक्त तिलक (बराबर मात्रा लिई पिसनु र रविवारका दिन पारी तिलक लगाउनु) जग मोहनी ।

अथवा- दाहिना औंठाको तरवारक` चक्र छाला लघुकरत माझको थोपी ? चून, जाइफल भाग १, अलैंची भाग १, अकरा (अकरकरा) भाग १, सेतो जीरा भाग १, मह, खाँड, घृत एकत्र गरी पिसनु, अमला प्रमाण खानु, चन्द्र सूर्यको ज्योती हो । घोडाको झैं वेग हो । खूब बल हो । क्षियाको (क्षय भएको) आयु पुष्ट हो, दिव्यज्योति हो ।

फल- वात, पित्त, सर्वबाधा हरै । जाड़ सर्व गुन अंभ? करै ।

रॉगकल्प प्रकरण

राग[1] कपूर खानु मुख गन्ध जा ।

---

१. रॉग एक प्रकारको धातु हो । यसलाई संशोधन गरेर मात्र प्रयोगमा ल्याउनु पर्दछ ।

तिल, तेलसँग खानु हुंकार जा।
मिस्त्री, रॉग खानु छिन्या रोग जा।
मूला, रॉग खानु स्त्री प्रमेह जा।
पिपला, रॉग खानु, मन्दाग्नी जा।
विजया (भाँङ), रॉग खानु रक्त बेगारी जा।
गुड, रॉग खानु जलग्रह जा।
जाइफल, रॉग खानु पुत्र पाव।
हर्दि, रॉग खानु रक्तपित्त जा।
पिपला, रॉग खानु काँसो उप्स सो जा।
लहसुनसँग (रॉग) खानु सर्व वायु जा।
समुद्रफल, रॉग खानु, शरीर, हात काम्दो निको हो।
लवांग, रॉग खानु तिजरो जा।
गाईको मोहिसँग खानु, ज्वालादेही निको हो।
चाँपको फूल, रॉग खानु गॉड सुक।
सुहाग, रॉग खानु, दूध (स्तन) साहारो हो, गर्भ खस।
(गाईका) दूध, रॉग खानु, वह निको हो।

राजरोगको उपाइ

कपूर, अढाई गेडा मरीच, कटहरको मुन्टा ७, पिनी खानु राजरोग[१] जा।

अथवा – जिरा, असुराका पात, हाँडीमा हाली पकावनु, पात

---

१. राजरोग = राजयक्ष्मा, (टी. बी.)

२. राहुरागन् रोग हुँदा वात – आँठि गाँठि जोर्नीहरू दुख्दछ भन्ने बूढापुरानाहरूको भनाइ छ।

फालनु, खोटो तुल्याउनु, सो खोटो पिपलासँग खानु, तितो मेटनु, विरेनून खानु राजरोग जा।

अथवा- पिपलाको बोक्रो पोली खानु राजरोग जा।

अथवा- अमिलो, मरीच खानु राजरोग जा।

राहुरागन्को उपाइ

टट(ह) लाको पत्र १ रतिको जरो ल्याई गउँतसित लावनु; राहुरागन जा।

अथवा – विषसेला? १ , करुवा (खाने) तेल माना २, गाई (को) घिउ माना १, मरीच तोला १, टिंवुर(टिंमुर) तोला १, पिपला तोला २, सुपारी सेर २, सिंधो (सिधेनून) तोला १, समुद्रफिन कौडिभर १, द्रोणपुष्प (बोकेफूल) को रस एकत्र गरी पिसी पकावनु; तब आङ मर्दन गर्नु खरो जा, राहुरागन् जा। आँखा निको हो।

रतौंदीको उपाइ

घोडाको लादी, अढाई गेडा मरीच पिसनु, आँखामा अञ्जन गर्नु रतौंदी निको हो।

रिसाको उपाइ

अनादिका चिउरा, भैंसीको दहीमा मुछिने गरी मुछी अघाई खानु रिसा जा।

अथवा- केराउका दाना भाग १ सुठो भाग १, दारिमको बोक्रो भाग १, यति एकत्र गरी पिसनु, गाईका दूधसँग पकाई खानु रिसा जा।

अथवा- भलायो, कालो तिल, मुडिलो एकत्र गरी ताता पानीसँग पिउनु रिसा जा ।

रिङ्गटाको उपाइ

पितौज्याकि गुदी घोटी शिर लेप गर्नु; शिरको रिङ्गटा जा ।

अथवा- मरीच, गउँतमा घोटी शिर लेप गर्नु घुमौरी जा ।

लत्रेको स्तन साहारो गराउन्या उपाइ

बटैका चोक्टा? कपाल समगरी पिसनु, (कपाल पिसिएन भने भस्म बनाउनु र पिस्नु), सुकाउनु, हात लावनु, स्त्रीले खानु, मुठी बाँध्नु लत्रेको स्तन साहारो हो ।

लुताको उपाई

मोथ्याको जरो बासि पानीसँग घोटी लावनु, लुतो थाक ।

अथवा- चितोको जरो, कंठा बाँधनु, कण्ठाको शूल जा ।

अथवा- हरडाको जरो कान बाँधनु; कर्णशूल जा ।

वभनिको उपाइ

बेलका पात, (पहाडिया)-नेपाली कागत, भलायो पोली गोली तुल्याउनु, छोरो हुन्या स्त्रीको दूधसँग काँसा(का) भाँडामा राखी सूर्यपाक गर्नु, तोला १ (का दरले) लावनु आँखा अञ्जन गर्नु, वभनि[१] निको हो ।

अथवा- हरडा सेर १, जेठिमधु भाग १, बलु (बालु) भाग १,

---

१. आँखाको अँधलो ।

यति सम गरी नस दिनु, अञ्जन गर्नु, पियावनु भर्कंदो वाज[1] निको हो ।

वातको उपाइ

कुरिलाको जराको रस, महसँग खानु वातशूल जा ।

अथवा- सिंधो (सिधेनून), विरेनून, पिपला, चितो, सुठो, हिङ, एकत्र गरी पिसनु ताता पानीसँग खानु, कफशूल जा ।

अथवा- अरेंडको जरो, विमिराको जरो, बिहिं, ज्वानु, सिंधो, सम गरी पकावनु लावनु वात जा ।

अथवा - शुंसको तेल ? भाग १, अरेंडको तेल भाग १, मरहटि (गोरखपान) को गेडा भाग १ यति एकत्र गरी खानु, तातो पानी पिउनु, वात जा ।

अथवा- सिउँडीका जरा, रवि; मङ्गलवारका दिन ल्यावनु, सुकाई पिसनु, गाईका घिउसँग लावनु वात जा ।

वाउटा जुकाको उपाइ

किम्बुको जराको रस[2] महसँग खानु वाउटा जा ।

अथवा- विंविराको जरो घोटी (सो रस) पानी पिउनु; वाउटा जुका जा ।

अथवा- तोरीको फूलो खानु; जुका जा ।

अथवा- सिसो ? (सिसौको जरो) घोटी (सो रस) पिउनु जुका जा ।

---

१. मुटु भट्कने ।

१. किम्बुको जराको रस धेरै खानु हुँदैन । बालकलाई ज्यादै कम्ति दिनुपर्दछ ।

अथवा- सिरुका जरा कुटी पिउनु जरा जा।

वायुको उपाइ

सर्सिउँको तेल (मा) मधेशे लहसुन मिसी नयाँ हाँडिमा हालिदिनु, २१ दिन सूर्यपाक गर्नु, दिन २२ का दिन पर्साला गाड्नु, आरु प्रमाण खानु, निस्ता पेट खानु, इन्द्रिय जाग, चिसो हर, वायु हर, चिसो आङ् भया तातो आङ् हो।

अथवा- लहसुन, श्रीङ्गवेनु खानु शून्य जा।

अथवा- लहसुन, तातो पानीसँग खानु वायु जा।

अथवा- लहसुन, त्रिफला खानु सत्त जा।

अथवा- लहसुन, गाई (को) दूध खानु; सर्वरोग जा।

वायु - गुल्मको उपाइ

सौंप पिसी खानु वायुगुल्म जा।

अथवा- समुद्रफल पिसनु, भृङ्गीराजको रस महसँग खानु, तातो गरी पिउनु वायुगुल्म जा।

अथवा- हरडा, पिपला, जवानु, सौचल सम गरी पिसनु, दहीका पानीसँग खानु वायुगुल्म जा।

विविध रोगको उपाइ

आँक तोला ३०, हरडा तोला ३०, चकंद्या ? तोला ११७, लोहा पोल्याको (लौहभस्म) तोला ५०, गुड तोला ५० (मिसी) गोली बाँधनु, मासा १ खाया सर्व ब्याधि जा।

मासा २ खाया ....?

मासा ३ खाया कुष्ठि जा।

मासा ४ खाया छिन्यारोग जा ।

मासा ५ खाया स्त्री बहुतै रमाया ।

मासा ६ खाया सेता केशका काला केश हुनन् ।

मासा ७ खाया सर्व व्याधि जा ।

मासा ८ खाया बहुत विधि हो ।

मासा ९ खाया नयाँ हो ।

मासा १० खाया शरीर बल हो ।

मासा ११ खाया बूढाको तरुण हो ।

(औषधि सेवन गरिरहँदासम्मन् नून धैरै नखानु, अमिलो, पीरो र वायलो चीज धैरै न खांनु) ।

विफरको उपाइ

ज्वरो आउँदामा मह खानु विफर थाक ।

अथवा- कस्तुरी, सालधूप पिसी धुवाँ दिनु विफर पाकुन् ।

अथवा- कुभिण्डो उसिनो खान दिनु विफर पाक थाक ।

अथवा- कालीबाख्रीको दूध, दही, दैंगलाको जरोको रस मिसी लावनु विफर पाक ।

अथवा- खयरका विजाँ, गुड खुवावनु विफर पाक ।

अथवा - पुरानु[१] गुड खुवावनु विफर पाक ।

वेहेरीको उपाइ

लत भलायो (लहरे भलायो) को फूल कुटनु, गाईका घिउसँग पकावनु, आधा कसार प्रमाण खानु, वेहेरी थाक ।

---

१. पुरानो गुड भन्नाले भरिसक तीन वर्ष नाघेको राम्रो यद्वा औषधीमा लाभदायक मानिने गर्दछ भन्ने बूढापुरानाहरूको भनाइ छ ।

शयनी खटिराको उपाइ

मन्टाखान्या कुरिलाको जरो कुटी लावनु, शयनी (सन्नी) खटिरो निको हो ।

अथवा- साना काउछाको जरो पानीसँग घोटी लावनु, शयनी खटिरो निको हो ।

अथवा- आँकको जरो, कुट, किनैल ? (किमिला - कमिला) का भुला ......?, वायुविडङ्ग, सिधो सम गरी बुकुनी गर्नु, खानु, शयनी (सन्नी) खटिरा जा ।

अथवा- मासु, डगर ?, शुचा छोटी लावनु शयनी खटिरो जा ।

शिर दुखनाको उपाइ

हिङ, सुठो, मनतात्तो गरी पिउनु माथ निको हो ।

अथवा- ज्वानु पिसी माथ लेपन गर्नु; माथ निको हो ।

अथवा- चन्यामिलाको रस, अरिंडको रस बरोबर गरी हिङ, सुठो, समभाग गरी लोहा (फलामे) भाँडामा पकावनु, कालो गरी माथ लेपन गर्नु, माथ निको हो ।

अथवा- बलु कुटी तातो गरी माथ लावनु; निको हो ।

शूलको उपाइ

अरिंडको जरा, हिङ, सौचल उमाली पिउनु शूल जा ।

अथवा - सुठो, मरीच, पिपला, विरेनून, ज्वानु यति सम गरी कोरा वासन (नयाँ भाँडा) मा पकावनु, धतुराका पातको सय थोपा दुध हाली पिठनु शूल जा ।

अथवा- देवारचुको खानु शूल जा । वायुगुल्म जा, मिमाइ जा ।

अथवा- हिङ, जिरा, सौचल, सुठो, धनियाँ मिसी ताता पानीसँग खानु सर्वशूल जा।

अथवा- काँक्राका विजाँ, सिंधो (सिधेनून), धजराको फूल, अदुवा, सुठो, (सम गरी) मिसनु, खानु सर्व शूल जा।

अथवा- कोइरालाको, अरिंडको, चितोको छाला (बोक्रा, र मुन्टो) को रस, सुठो, हिङ, सिंधो सम गरी महले गोली बाँधनु खानु; सर्वशूल जा।

अथवा- चिताका जरा (को रस) ताता पानीसँग खानु, अजीर्ण, सर्व शूल जा।

शून्य[१] को उपाइ

अजैपालको पानी हत्केला, पैताला, छातिमा, नाभिमा अष्टाङ्ग (सर्वाङ्ग) घसनु, पसिना न आओस्; शून्या जा।

अथवा- सिधेनून, सौचल, विंविराको रस तातो गरी अञ्जन गर्नु शून्या जा।

अथवा- खयर, तुलसी, पिपला, वयरका जरा, अमिलीका विजाँ, पिपलजरी, मुसली, सुठो, सम गरी पिसनु, पानीसँग नस दिनु, शून्या जा।

अथवा- काँक्राका जरा पिसी नस दिनु, शून्या जा।

अथवा- केदर ?, सुठो, पानीसँग घोटी अंजन गर्नु शून्य जा।

अथवा- सिरिसका विजा, गोमूत्रमा घोटी अञ्जन गर्नु शून्या जा।

अथवा - पिपला, बोझो, सिंधो, मरीच, पिसनु नस दिनु शून्या जा।

---

१. शून्य भनेको सूज यद्वा सुन्निएकोलाई संकेत गरिएको हुनुपर्छ।

समुद्रफल प्रकरण

समुद्रफल, मरीच, नसदिनु, अष्टात्र विजा ? (जनै खटिरा) का विष झरनन् ।

समुद्रफल, निवुवाको रस लावनु; सर्व खटिरा जा ।

समुद्रफल, हलेदो, घिउमा मुछी गाँडमा लावनु; गाँड सुक ।

समुद्रफल, निर्गुण्डीका रस घोटी शिर लेपन गर्नु शरीरको ब्यथा जा ।

समुद्रफल, स्त्रीका दूध (सँग) घोटी लावनु, मुखको गन्ध जा ।
समुद्रफल, गाईका घ्यूसँग घोटी लावनु, आँखाका जाला फाट ।
समुद्रफल, गाईका दूधसँग घोटी पिउनु आँतको खटिरो फुट ।
समुद्रफल, बासी पानीसँग घोटी पिउनु, रुघा न लाग पाक ।
समुद्रफल घोटी कान घालनु (हालनु), कानको चर्कन्या जा ।
समुद्रफल, काँजी पिउनु अजिर्ण जा ।
समुद्रफल, बोझो नस दिनु भूत जा, डाँकिनी जा ।
समुद्रफल, काँजी अञ्जन गर्नु, आँखाका तिरिमिरी जा ।
समुद्रफल, तीलतेल (सँग) अञ्जन गर्नु, आँखा दुख्तो निको हो ।
समुद्रफल, बाक्रीका दूध (सँग) घोटी अञ्जन गर्नु, आँखाको कोइरो (कुइरो) जा ।

समुद्रफल, सिमलीका रस नस दिनु, अघाहा निको हो ।

सर्प विषको उपाइ

वाजराको जरो, पिपला, मह यति मिसी खाया घाउमा (टोकेको ठाउँमा) हालिदिनु, विष डढ ।

अथवा- झाँक्रिकाठका मुन्टा, चकुटे[1] का विजाँ, कस्तुरी पिसनु, खायाका घा (उ) मा घालनु साँपको विष छुट।

अथवा - झाँक्र्याकाठका मुन्टा, झार्मैलो[2] घोटी पियावनु विष छाड।

अथवा - माछाको विष्टि खुवावनु विष छाड।

अथवा - निर्विसी घोटी पियावनु विष छाड।

स्वर आउन्याको उपाइ

वरडा भाग १, पिपला भाग १ यति सम गरी गउँतमा भिजाई जब सुकोस् तब पिसनु, अमला प्रमाण खानु, स्वर आव, निको स्वर आव।

साल फुकनाको उपाइ

गहत भिजाई दहीसँग खानु साल फुक।

अथवा- घिउ, खाँड, माँड खानु साल फुक।

अथवा- भक्यामिलाको जरो अंगुल ४ ल्यावनु, उँदो हात पखालनु, तीनफेरा पियावनु साल फुक[3]।

---

१. चकुटे = चकुन - चकौंधे। यो गहत जस्तो हुन्छ।

२. झार्मैलो = झार्मौरो, मौसिझार।

३. प्राचीन हस्तलिखित कापीमा यस शीर्षकमा साल फुकने मन्त्रको पनि उल्लेख गरिएको छ।

सिध्मा मंदाग्नीको उपाइ

मरीच, उम्ल्याको माटो[४], नून यति सम मिसी खुदोसँग तताइकन पिउनु मन्दाग्नी जा।

अथवा- सिंधो, हरडा, पिपला यति सम गरी पिसनु, अमलासँग खानु, मन्दाग्नी जा।

सूजको उपाइ

पुरानु गाईको घिउ, पिपला, सुंठो मसिनु गरी पिसनु, घाममा मर्दन गर्नु, शूज जा।

अथवा- सिमलीका पात, धतुराका जरा, अरेंडका जरा एकत्र गरी माटाका भाँडामा उमालनु, बाफ लिनु शूज जा।

हर्षाको उपाइ

कैंडलको, काफलको छाला (बोक्रा) सम गरी (पिसी) वस्त्र गलित गर्नु (छान्नु), कात्तिकी महसँग खानु हर्षा जा।

अथवा- पिपला, मरीच, खानु हर्षा जा।

अथवा- खाँड, रक्तचन्दन, चौलानीसँग खानु हर्षा जा।

अथवा - मेहलको छाला (बोक्रा), ल्वाङ, बोझो, पिपला, सुठो समभाग गरी पिसनु, बिरलापद प्रमाण खाँडसँग खानु हर्षा जा।

अथवा- नौनी, तिलसँगं खानु हर्षा जा।

अथवा- दही, माड खानु हर्षा जा।

अथवा- हरडा, चितो, नूनसँग खानु, हर्षा जा।

---

४. उम्ल्यांको माटो भन्नाले पाकेको माटोलाई संकेत गरिएको हो। जस्तो कि- चुलाको माटो।

अथवा- हरडा, भलायो, महसित खानु हर्षा जा।

अथवा- पिपलजरी, गुडसँग खानु हर्षा जा।

हरिनाठको उपाइ

चिचिंडाका पात घसनु हरिनाठ जा।

अथवा - सालधूप, खोइलाग्या[1] गाई घिउसँग लावनु हरिनाठ जा।

हरिताल खायाको उपाइ

काँचो कुभिण्डो खानु, हरिताल झर।

अथवा- काँचो लाहा खानु; हरिताल झर।

अथवा- दही, हर्दी खानु; हरिताल झर।

हियो डहनाको उपाइ

पाषाणभेद, जाइफल, कालाधतुराका विआँ, विजया (भाङ) एकत्र गरी पिसनु महसँग खानु।

अथवा- (उक्त औषधी) गुडसँग खानु, हियो डहँदो जा, निको हो। अतिसार जा।

अथवा- आँपको अतर्छालो एकत्र गरी पिसनु, खाँडसँग अथवा महसँग खानु, सर्व अतिसार जा।

अथवा- विरौका दाना, आँपको खोइलो एकत्र गरी पिसनु, खाँडसँग अथवा महसँग खानु सर्व अतिसार जा। हियो डहनाको पनि निको हो।

---

१. खोइलाग्या = खै लागेको। तात्पर्य - (गाईको) पुरानो घिउ।

सबै औषधी खान दिँदाको मन्त्र :

धन्वन्तरिर्दिवोदास काशिराज तथाश्विनौ ।
नकुलः सहदेवश्च सर्वैते व्याधिनाशकाः ॥
अच्युतानन्द गोविन्द नामोच्चारण भेषजात् ।
नश्यन्ति सकला रोगाः सत्यं सत्यं वदाम्यहम् ॥
शरीरे जर्जरे भूते व्याधिग्रस्ते कलेवरे ।
औषधी जान्हवीतोयं वैद्यो नारायणो हरिः ॥
अच्युतानन्द गोविन्द रोगो हरतु औषधि ॥

अस्मिन् श्रीशाके १७५६ (वि.सं. १८९१) मासे (११) फाल्गुण, तिथौ चौथी, नक्षत्रे चित्रा, योगे ९, वारे ३ दिन (गते) ८ रोज शुभम् ।

श्री धन्वन्तरीजी प्रोक्तं आयुर्वेदाङ्ग सिद्धियो ।
हस्तलिखित प्राचीन पुस्तक्मा यो पनी थियो ॥

आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य) को पूर्वभाग समाप्त भयो ।



सम्पादकको विनय

'आयुर्वेद' पढ्यौँ न डिग्रिसँग होस् ? 'ऐलोपथिक्' याद होस् ?
हाम्रो ढङ्ग न होस्, जडीबुटी मिली रोगीमहाँ वेश होस् ।
'दश्वर्षे घिउ' ले विनाश् छ विष रे यो जीर्ण कापी पनि
लेख्यौँ काम दियो भने यदि कतै सेवार्थ होला भनी ॥

॥१॥

वर्षै 'एकसये छपन्न' अधिको अैले पुनः लेखियो
सम्वत् दूइहजार् छयालिस चइत् उन्तीस् गते सिद्धियो ।
डण्डा 'गोर्सत्ति चोक' गा. वि. स. 'अग्यौली' वार्ड 'आठ्' हो घर
जिल्ला पर्छ 'नवल्-परासि' भनिने हो 'लुम्बिनी' अञ्चल ॥

॥२॥

मेरो नाम त ओम्प्रकाश र पिता-केदारनाथ्जी भनी
आमा पद्मकुमारिजी थर अनी गोत्रादि भन्छू पनि ।
हाम्रो कश्यप गोत्र तीन् प्रवर हो कश्यप, असित, देवल
हामी हौँ अधिकारि थर् अनुनका लंजुङ्ग पूर्वस्थल ॥

॥३॥

साथीका र विशेषतः जननिको धेरै हुँदा प्रेरणा
जीर्णोद्धार भई प्रकाशित भयो गर्छू सदा संझना ।
'आयुर्वेद' छ त्यो बृहद् र उसका शाखा अनेकौं छन
यो हो सूक्ष्म तथापि काम त कतै देला गरे सेवन ॥

॥४॥



आयुर्वेद सार दर्पण

(घरेलु वैद्य)

को

उत्तरखण्ड

अतिसार चिकित्सा

भृङ्गीराजको रस र दही मिलाई खानाले अतिसार निको हुन्छ ।

अथवा- ७ माशा धर्जेंराको सुकेको फूल पिंधेर मोहीसँग पिउनाले अतिसार प्रवाहिका समेत नष्ट हुन्छ ।

अथवा- धर्जेंराको फूलको धूलो १ माशा देखि २ माशासम्मको मात्रा गरी महसँग चाट्नाले अतिसार नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ तोला देखि २ तोलासम्म सुन्तलाको सर्वत पिउनाले पित्तको अतिसार नाश हुन्छ ।

अथवा पेटको आन्द्रालाई ठीक गर्न मसुरो राम्रो चीज हो । पेट फुल्नु, दुख्नु आदिमा मुसुरोको दालले ठीक हुन्छ । लामो पात भएको चोया फूलको जरा मसिनो गरी पिनेर समभाग चिनी मिलाएर नित्य ३ मासा तातो पानीसँग खानाले अतिसार, रक्त अतिसार ठीक हुन्छ ।

एकतोला जावित्री पिनेर ५/६ मात्रा बनाएर अलि पुरानो (अमिलिएको) दहिसँग खाने गरेमा अतिसार ठिक हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको ८/१० ओटा पातमा जाइफल ३/४ लाल मिसाई पिसेर खुवाउने गर्नाले अतिसार नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सूप, धनियाँ, जीरा यी सबै समभाग लिई पिनेर दिनको तीन पटक तीन मासाको मात्रा गरी नून पानीसँग खाने गरेमा अतिसार ठिक हुन्छ ।

अथवा- धनियाँ (को गेडा) भुटेर खाने गर्नाले अतिसार नष्ट भै पखाला लाग्ने गरेको भएपनि सञ्चो हुन्छ ।

अथवा- जाईफल ६ मासा, छोहरा ६ मासा, शुद्ध अफिम ६ मासा सबैलाई पानको रसमा खूब घोटेर एक-एक लालको गोली बनाई दिनभरमा तीन गोली मोहीसँग खानू ।

अथवा- शुद्ध कपूर, शुद्ध हिंग, शुद्ध अफिम, नागरमोथा, इन्द्र जौ, जाइफल सबै ६-६ मासा खलगरी अदुवाको रससँग घोट्नू र एक एक लालको गोली बनाएर, २-२ गोली बिहान बेलुका मट्ठासँग खानाले सबै प्रकारको अतिसार, रक्त अतिसार आदि निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध कुचिलो, अफिम, सेतो मरिच १-१ तोला पिनेर छान्नू, खलमा राखेर अदुवाको रससँग ३ घण्टासम्म घोट्नू र १-१ लालको गोली बनाउनु, १ गोली सुठो चूर्ण र गुडसँग खानू अतिसार र हैजाको लागि रामवाण छ ।

अथवा- भुटेको भाँग ४ लाल, ठुलो अलैंची ६ लाल, जीरा १ मासा, कालो जीरा १ मासा, सुकेको अनार दाना १ मासा, सुठो १ मासा, धनियाँ ३ मासा सबै पिनेर छानी २-२ मासा चूर्ण गाईको दहीको मट्ठासँग खानाले गर्भिणीलाई दिशा लागेको ठिक हुन्छ । अग्निप्रदीप्त हुन्छ ।

अथवा- हर्रो, वच (बोझो) अतीस, कालोनून, हिंग, इन्द्रजौ पिनेर छान्नु, यसको सेवनले रक्तअतिसार ठीक हुन्छ ।

अथवा- अनारको काँचो फलको टुक्रा, कुटजको बोक्रा यी दुवैको काँढा बनाई ठण्डा भएपछि मह मिलाएर पिउनाले निश्चय नै रक्तअतिसार ठीक हुन्छ ।

अथवा- श्रीखण्ड घोटेर त्यसमा मह र चिनी मिलाएर चौलानीसँग पिउनाले रक्तअतिसार, रक्तपित्त, प्यास दाह शान्त हुन्छ ।

अथवा- दुई तोला काँचो बेलको गुदी गुड (चाकु) सँग मिलाएर खानाले रक्तअतिसार ठीक हुन्छ ।

अथवा- काँचो वेलगिरी, नाग केसर, रसौत समभाग गरी पिनेर

छान्नू । यो चूर्ण ४-४ मासा चौलानीसँग खानाले रक्तअतिसार, रक्त बबासीर, स्त्रीको रक्तप्रदर तथा श्वेतप्रदर सबै ठीक हुन्छ ।

अथवा- धनियाँको गेडा भुटेर खानाले अतिसार नष्ट भै पखाला बन्द हुन्छ ।

अथवा- इसबगोल ४ मासा एक पाउ दूध र एक पाउ पानीमा पकाउनू जब जल सुक्छ, दूध बाँकी रहन्छ अनि थोरै मिश्री मिलाएर खानू । यसले रक्तअतिसार, प्यास, दाह हट्दछ । यसले धातु पुष्ट हुन्छ, स्तंभन हुन्छ । यदि पेटमा पीडा छ, पेट फुलको छ भने असली हिंग, सिधेनून, पिपला चूर्ण, मरीचचूर्ण सुठो समभाग गरेर जलमा पिनेर पेटमा लेप लगाउनू यसबाट पेट फुल्नु र दुख्नु निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा-तारपिनको तेल पेटमा मालिस गर्नू ।

अथवा- शुद्ध हिंग, मरीच, शुद्ध गंधक, पीपल, शुद्ध सुहाग, शुद्ध वत्सनाभ, शुद्ध धतुराको बीज सबैलाई भाँङ्को रसमा ३ घण्टा खलगरी १-१ लालको गोली बनाउनू, अग्निबल अनुसार ½ देखि ½ गोलीसम्म महसँग खानाले संग्रहणी र अतिसार निश्चय नै ठीक हुन्छ ।

एक तोला जावित्री पिनेर ५,६ मात्रा बनाएर अलि पुरानो दहीसँग खाने गरेमा अतिसार ठीक हुन्छ । तुलसीको ८/१० वटा पातमा जाइफल ३/४ मिसाई पिनेर खुवाउनाले अतिसार नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कालो नून, चीताको बोक्रा, मरीच, सुठो पीपल सबैलाई समभाग गरी मिलाएर चूर्ण बनाउनू । यो चूर्ण एक मासाको मात्रामा मट्ठासँग सेवन गर्नाले बवासीर, वायुगोला, उदररोग, फियो, संग्रहणी, भोक नलाग्नु आदि रोग ठीक हुन्छ ।

अरुचीमा

नास्पातीको रस ३ तोलामा सिधेनून, मरीच, भुटेको जिराको धूलो छरेर (राखेर) पिउनाले अरुची नष्ट हुन्छ।

अथवा- एक तोला चरिअमिलीको काढा बनाएर पिउनाले पाचनशक्ति ठीक हुनुकासाथै भोक जगाउँदछ।

अथवा- १ तोला चरिअमिलीको अचार बनाई चाटने गर्नाले पाचनशक्ति बढ्दछ, दिसा खुलाँस गर्छ, रगतमासी समेत निको हुन्छ।

अलकाई - अर्शमा

एउटा कागतीलाई फ्याक पारेर सिधेनून मिलाएर चुस्ने गर्नाले अलकाई रोगबाट रगत झर्न बन्द हुन्छ।

अथवा- ५ मासा तुलसीको बीजको धूलो पानीसँग खाने गर्नाले अलकाई निको हुन्छ।

अथवा- बकाइनाको गेडा र देशी सूप बराबर पिनेर मिश्री मिलाई खाने गरेमा अलकाई रोग ठिक हुन्छ।

अथवा- १ तोला कागतीको रस र ४/५ मासा हर्रोको धूलो बराबर मिलाई खाने गर्नाले अलकाई रोग ठिक हुन्छ।

अथवा- एउटा गिलाँशमा गाईको दूध राखी १ तोला कागतीको रस मुखमा हाल्नु (खानु) र तुरुन्त उक्त दूध पिउनु, (ढिला न गर्नु) अलकाई निको हुन्छ।

अथवा- चर्चर गऱ्यो भने नौनीघिउ मिलाएर खाए पनि हुन्छ। अलकाई, खटिरा-पटिरा सबै नष्ट हुन्छ।

अथवा- ५ मासा तुलसीको गेडाको धुलो पानीसँग खानाले अल्काइ नष्ट हुन्छ।

अथवा- चरिअमिली जम्मा पारी राम्रोसँग धुनु र पिँधनु, आगोमा तातो पारी लगाउनु र यही औषधी १ तोला खानाले संग्रहणी, अलकाई, कोढ र रगतको विकार नाश हुन्छ।

अथवा- बकाइनाको गेडा र देशी सूप बराबर पिनेर मिश्री मिलाई खाने गरेमा अल्काई रोग ठीक हुन्छ।

अर्श बबासीर नाशक उपाय

यसको दुई भेद हुन्छ-रगत हुने र नहुने (बादी)। यदि लाल रंगको लस्सा भएर रगत हुन्छ त्यो रक्तबबासीर र यदि पीडा, सूजन बढी छ भने त्यो बाद बबासीर हो। बबासीर आदि मलद्वारसम्बन्धी रोगको लागि मट्ठा महान् औषधी हो। अजवायन र कालो नून मिलाएर एक तोला ताजा नौनीसँग बिहान-बेलुका खानाले १५ दिनमा रक्त बबासीर ठीक हुन्छ।

अथवा- वनगोभी (बन्दकोबी)- को तरकारी घिउमा पकाएर सिंधेनून हालेर गहुँको रोटीसँग १५ दिनसम्म खानाले सबै प्रकारको बबासीर ठीक हुन्छ।

अथवा- भाउभेरा (खपाड) को बीज र ल्वाँग समभाग गरी चूर्ण बनाउनू, तीन लालको मात्रा गरी अजवायन र कालो नून मिलाएको मट्ठासँग सेवन गर्नाले बबासीर ठीक हुन्छ।

अथवा- अपामार्गको बीज चौलानीसँग पिनेर खानाले रक्त बबासीर ठीक हुन्छ अथवा मट्ठामा पीपला र अजवायनको चूर्ण मिलाएर पिउनाले अथवा सुखा या हरियो गुलर पानीमा पिनेर मिश्री मिलाएर पिउनाले रक्त बबासीर, आउँ रगत, रक्तवमन र मासिक-धर्म अधिक हुनु ठीक हुन्छ।

अथवा- मखन र कालो तिल मिलाएर खानाले रक्तबबासीर ठीक हुन्छ ।

अथवा- मरीच, सिंधेनून, चिताको जरोको बोक्रा समभाग लिई चूर्ण बनाई २ मासा चूर्ण मट्ठामा मिलाएर सेवन गर्नाले गुल्म, मदाग्नि, बबासीर, संग्रहणी आदि पेटका सबै रोग नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- रसौत, कलमी सोडा, हर्रो समभाग लिई मूलाको रसमा घोटेर चना बराबरको गोली बनाउनु नित्य बिहान बेलुका एक एक गोली बासी पानीसँग खानाले बबासीर ठीक हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध गुग्गुल, लसुन, नीम, हिंग, सुठो समभाग लिएर पिनेर छानी चनाबराबर गोली बनाउनु, बिहान बेलुका एक एक गोली बासी पानीसँग खानू ।

अजीर्ण-मन्दाग्नि

एउटा कागतीको दुई फ्याक पारेर त्यसमा सूठो र सिधेनूनको धूलो हालेर आगोमा सेकाई चुसेमा अजीर्ण नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रस ७ माशा, अदुवाको रस ७ माशा, सिधेनून, २ मासा मिलाएर कपडछान गरी १/१ लालको मात्रा गरी खानाले अजीर्ण र वायु शान्त पार्दछ ।

अथवा- हर्रो ६ तोला, पिपला ४ तोला, गजपीपल १ तोला, चिताको जराको बोक्रा १ तोला, हिङ्ग एक तोला, सिंधेनून १ तोला सबै पिनी छानी अदुवाको रससँग चनाबराबरको गोली बनाउनू । यो गोली अग्निदीपक र रसायन हो ।

अथवा- हिङग्वाष्टक चूर्ण ३ मासा भोजनको पहिलो गाँससँग सँगै खानाले भोक खूब बढ्छ ।

अथवा- पिपल ८ तोला, पिप्लामूल ८ तोला धनियाँ ८ तोला, कालो जीरा ८ तोला, सिंधेनून ८ तोला , नागकेशर ८ तोला, कालो नून २० तोला, मरीच २० तोला, सेतो जीरा ४ तोला, सूठो ४ तोला, दालचिनी २ तोला, सानो अलैंचीको बीज २ तोला, समुद्री नून ३२ तोला, अनार दाना सुकेको १६ तोला, पद्मचाल ८ तोला सबै पिनेर छानेर चूर्ण बनाउनू, मात्रा एक मासा मट्ठा, दहीको पानी, तातो पानी या कागतीको रससँग बिहान बेलुका सेवन गर्नाले श्वास, शूल, अजीर्ण आदि पेटको कठिन रोग नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- शुद्ध मीठा विष १ तोला, त्रिकुटा ३ तोला, ठुलो हर्रोको टुक्रा १ तोला, चीता, अजवायन, सिधेनून, सुठो पिनेर छानी कागतीका रससँग चना बराबरको गोली बनाउनू, बिहान बेलुका १-१ गोली तातो पानी या महसँग खानाले मन्दाग्नि कमलपित्त र बबासीर नष्ट हुन्छ ।

सिधेनून र रायोको गेडा पिसेर तातो पानीसँग खाने गरेमा अजीर्ण र अपच भएको ठिक हुन्छ ।

अथवा- अलिकति भाङको र क्यामुनाको पातको डाँठको धूम्रपान गरेपनि अजीर्ण वा अपच हुनबाट बचाउँछ ।

अथवा- अमिलीएको दही खाए पनि अजीर्ण हटाउँछ ।

अथवा- तुलसीको बीजको धूलो १ मासा र पिपलाको धूलो १ मासा महमा मिलाएर खानाले अरुची नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सूठो, मरीच भुटेर सुहाग, ल्वाङ्ग समभाग लिएर पिनेर घोट्नू र चनासमान गोली बनाउनू । यसको सेवनले अजीर्ण र मन्दाग्नि नष्ट हुन्छ ।

अथवा- पीपलको चूर्णमा दुई गुना पुरानो चाकु मिलाएर सेवन

गर्नाले हृदय रोग, दम, खोकी, कमलपित्त, जीर्ण ज्वर तथा मृगी रोग नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- हर्रो, पिपल, मरीच, सुठो, शुद्ध कुचिलो, शुद्ध हिङ्ग, शुद्ध गंधक, सिधेनून समभाग लिएर घिसी छानी फेरी खलमा राखी कागतीको रस मिलाई घोट्नू र २-२ लालको गोली बनाउनू । एक गोलीको मात्रा तातो पानीसँग खानू । शूल र मन्दाग्निको यो अमोघ औषधी हो ।

अथवा- माउभेराको जरो, भटमासको दाना बराबरको रसमा कालो नून मिलाएर नित्य खानाले शूल, मन्दाग्नी आदि पेटको रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रसमा सिधेनून, पिपला,अजवायन, सुठो मिलाएर छायामा सुकाउनू । यसरी ३ पटक कागतीको रसमा भावना दिनू र सुकाएर राख्नू, ४ लालको मात्रा तातो पानीसँग खानू ।अजीर्ण र मन्दाग्नी हराउँदै जान्छ ।

अन्नमा कीरा न पर्नमा

गुजिँठाको खरानी राखेर त्यसमाथि अन्न राख्नाले वा अन्नमा छर्किनाले पनि अन्नमा कीरा लाग्दैन ।

अरुचिनाशक उपाय

अदुवाको रसमा मह मिलाएर चाट्नाले, खोकी, श्वास, अरुचि नाश हुन्छ ।

अथवा- कागती काटेर त्यसमा थोरै मरीच र कालो नून छरेर आगोमा तताई चुस्नाले पनि अरुचि हट्दछ । खोकीको ज्वरो भए न दिनू । भोजनअघि अदुवामा सिंधेनून मिलाएर खानाले अथवा

अमला र मनकादाख पिनेर मुखमा राख्नाले यदि ज्वरो पनि छ भने बिहान-बेलुका एक या आधा मासा गुर्जोको चिनी या महसँग चटाउनाले या यही गुर्जोको चिनी अनारको रससँग खानाले अरुचि र ज्वरो निश्चय आराम हुन्छ।

अथवा- नित्य भोजनअघि अदुवा ताछेर सिधेनूनसँग खानाले अरुचि रोग हुँदैन।

अथवा- गाईको दहीमा भुटेको रायो, भुटेको जीरा, भुटेको सुठो र सीधेनून मिलाएर त्यसमा आधा पानी मिलाएर मथ्नु। यो पिउनाले अरुचि ठीक भएर अग्नि प्रबल हुन्छ।

अथवा- तुलसीको गेडाको धुलो र एक मासा र पिप्लाको धुलो एक मासा महमा मिलाएर खानाले अरुची नष्ट हुन्छ।

अथवा- मह ६ मासा, अनारको रस ६ मासा, कालो नून एक मासा सबै मिलाएर खानाले अरुचि ठीक हुन्छ।

अथवा- भुटेको सेतो जीरा ६ तोला, कालो जीरा ६ तोला, अजवायन २ तोला, मरीच २ तोला, पिपला २ तोला, धनियाँ ४ तोला, जवाखर २ तोला, सूठो २ तोला, सिधेनून १० तोला, घिउमा भुटेको हिङ १ तोला सबै पिनेर छान्नु। कागतीको अमिलो आधा सेर मिलाएर मन्द आगोमा पकाउनु, जब गाढा हुन्छ उतारेर शीशीमा राख्नु। १ देखि ३ मासासम्मको मात्रा भोजनपछि नित्य खानाले शूल, अजीर्ण, फियो रक्तगुल्म आदि ठीक हुन्छ।

अन्तर्दाहछटपटीमा

२ तोला चरिअमिलीको पात पिनेर त्यसमा मिश्री मिलाई खानाले भित्रको दाह हटेर शीतल हुन्छ।

अमलपित्तमा

अमिलो बमन, डकार, छाती-घाँटी पोल्नु, खाएको न पच्नु, जीउ दुख्नु, शिरपीडा हुनु, हातपाउ पोल्नु आदि यस रोगमा हुन्छ । यस रोगमा नून कम खानुपर्छ ।

पुरानो चामलको भात अमलाको रससँग खानु उत्तम हुन्छ । पानी भोजन साथसाथै न पिएर एक घण्टापछि पिउनुपर्छ । घाममा हिंड्नु, शोक, क्रोध, दिउँसो सुत्नु, रातमा जागा हुनु, धेरै दाल-साग खानु आदि छोड्नुपर्छ ।

हर्रो चूर्ण ६ मासा, मह अथवा गुड मिलाएर खानाले १५ दिनमा अमलपित्तको रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- गुर्जो, नीमको पात, परबलको पात यिनलाई एकैसाथ पिनेर महमा मिलाएर खानाले या अमलाको रससँग नित्य भोजन गर्नाले अमलपित्त, बमन, अरुचि, दाह र वीर्यविकार नष्ट हुन्छ ।

अथवा- नित्य १ तोला चूनको निथ्रेको पानी पिउनाले अमलपित्त रोग ठीक हुन्छ ।

अमिलो पानी आउनेमा

मरीचको धूलो ३-३ लाल महमा मिलाएर पानीसँग खानाले मुखबाट अमिलो पानी आउन बन्द हुन्छ ।

अपस्मार (छारे रोग) मा

अपराजिताको जरो खनेर ल्याउनु र बूटि बनाउनु र काँचो धागाले दुवोपट्टिका कानमा मङ्गलवार या रविवार पारेर बाँधिदिनु ।

यस्ता छारे रोगीहरूले बत्ती, आगाको नजीक, भीर पहारामा

जानु, रुखमा चढ्नु, रातो रङ्ग र अन्य चहकिला वस्तुहरू, डरलाग्दा चटक-जादुहरू हेर्नुहुँदैन ।

अर्धकपालीमा

बोझो, पिपला बराबर गरी चूर्ण गरेर नस हाल्नु ।

अथवा- भृङ्गीराजको ताजा रस र बाख्रीको दूध बराबर मिलाई घाममा खूब तताउनु र नाकमा ५-७ थोपा हाल्नु ।

अथवा- वायुविडङ्ग र कालो तिल बराबर मिलाई चूर्ण गरेर नस हाल्नु ।

अथवा- चुलाको भर्सेलीको पोलिएको माटो र मरीच समभाग गरी चूर्ण गरेर नस हाल्नु ।

अथवा- अपराजिताको वियाँको र जराको नस हाल्नु ।

अथवा- अपराजिताको जरो काँधमा बाँधनु । रातीगेडी र लेक पाङ्ग्रो ई २ थोकलाई पानी हाली थिच्थाच् पारेर त्यसलाई कपडछान गरी सो रस नश हाल्नु ।

अथवा- क्यामुनाको बोक्राको रस ३० ग्राम, सिमालीको मुन्टाको रस ३तोला मिसाई नाकमा राख्नाले वा नस लिने गर्नाले अर्धकपालीमा धेरै फाइदा गर्दछ । यो रसले नाक खूब पोल्दछ, तर खराबी गर्दैन ।

अथवा- एक पहाडिया कागती लिई त्यसमा एउटा मकैको दाना जत्रो पस्ने प्वाल पारी एउटा त्यत्रै फिट्किरीको टुक्रा भित्र हाली त्यस कागतीलाई पोलेर मनतातो गरेर खानाले पिनासमा तुरुन्तै फाइदा गर्दछ ।

अथवा- भृङ्गीराजको रस र दूध मिलाएर नस हाल्नु ।

अथवा- स्यूँडीको दूधमा खुर्सानीको वियाँ पिंधेर कञ्चटमा लाउनु ।

अङ्ग प्रत्यङ्ग दुखेकोमा

गाईको गउँत आधा माना, अदुवाको रस १ तोला, टिमूरको चूर्ण आधा तोला मिलाई पकाएर आधा घटाई दुखेको ठाउँमा मालिस गर्नाले जुनसुकै अङ्ग प्रत्यङ्ग दुखेकोमा पनि निको हुन्छ।

आकाशबेलीको गुण

अकाशबेली अर्थात् सुनलहरी विशेष गरी सिमलीमा र असुरामा जेलिएको हुन्छ। यसको गुण - पित्त, कफ र आमरोग, नेत्ररोग-नाशक, अग्निकारक, हृदयसम्बन्धी रोग नाशक छ।

आँखाबाट आँसु बगिरहनेको उपाय

सेतो अपामार्गको जरो राम्रोसँग धोएर घ्यूमा पिंधी आँखामा अञ्जन गरेमा आँसु बगिरहने रोग निको हुन्छ।

अथवा- सानो हर्रो, माजुफल, बाल छड, ठूलो हर्रो सबैको समभाग लिएर जलमा मसिनो गरी पिन्नू र गोली बनाउनू। यो गोली पानीमा घोटेर आँखाको आसपास र भित्र बाहिर लगाउनू। यसले आँखामा निरन्तर पानी बहन बन्द हुन्छ।

अथवा- ठूलो हर्रोको हाडको भित्रको गुदी २ भाग बर्रोको हाडको भित्रको गुदी ३ भाग अमलाको बीयाको गुदी एक भाग यो सबै पिनी छानी पानीसँग खल गरी गोली बनाउनू। यो गोली पानीसँग घोटेर आँखामा लगाउनाले आँखाको दाद, खटिरा र पानी आउन आराम हुन्छ।

अथवा- पुनर्नवाको जरो, स्त्रीको दूधमा घोटर आँखामा लगाउनाले आँखाको दाद खटिरा आराम हुन्छ।

अथवा- महमा घोटेर लगाउनाले आँखाबाट पानी बहने आराम हुन्छ। घिउमा घोटेर लगाउनाले धुन्ध नष्ट हुन्छ।

अथवा- हुक्काको पानीमा घोटेर लगाउनाले रतौंधी नाश हुन्छ।

अथवा- रसौत (चूत्राको चूक) स्त्रीको दूधमा घोटेर लगाउनाले आँखाको सबै रोग ठीक हुन्छ।

अथवा- गोरखमुण्डीको पंचांगलाई छायाँमा पिनेर त्यसमा त्यसचूर्ण बराबर मिश्री र घिउ मिलाई बिहान बेलुका ६-६ मासा नित्य गाईको दूधसँग खानाले नेत्र दृष्टि तेज हुन्छ।

अथवा- शुद्ध सूर्मा एक छटाक, बर्रोको बियाँको भित्रको गुदी, वायुबिडंग, पिप्ला सबै ६-६ मासा, सेतो मरीच, सर्स्यूको बीज, समुद्रफेन, थारको नङ, मोतीको सिपी, शुद्धखरी, शुद्ध कपूर, ४-४ मासा, कोपिला र ममीरो एक एक तोला, निलोतुथो र फिटकिरी ३-३ मासा सबै मसिनो गरी पिनी छानी ७ दिनसम्म त्रिफला काँढामा ७ दिनसम्म मुण्डीको रसमा र ७ दिनसम्म गुलाफजलमा खल गरी शीशीमा राख्नू। यो सुर्मा आँखामा लगाउने गर्नू, यसले जालो फूलो, धून्ध, नयाँ मोतिबिन्दु आदि आराम हुन्छ। नेत्र रोगीले माछा, मासु, मासको दाल, दही, अमिलो, तरकारी, भारी अन्न, स्त्रीसंभोगबाट बच्नुपर्छ।

अथवा- धनिया, सिधेनून, मधु, नयाँ मूला, घिउकुमारी, दूध, मुग, जौ, गहतको रस, सूप आदि खानू र पाउ सफा राख्नू, धुनू। पाउमा तेल मालिस गर्नु हितकर छ।

आँखाको रोगको औषधी

कालो तिलको तेल बेलुका सुत्ने बेलामा आँखामा हाली सुत्नु, फाइदा गर्दछ।

अथवा- गोरखमुण्डी भिजाएको पानीले आँखा धुने गरेमा आँखाको तेज बढेर आउँछ ।

अथवा- अदुवाको रस छानी २ थोपा जति आँखामा राखे वायु र कफले दुखेको आँखालाई हित गर्दछ ।

अथवा- त्रिफला पानीले आँखा धुने गरेमा आँखाको सम्पूर्ण रोग निको हुन्छ ।

अथवा- त्रिफलाको धूलो, मह र घिउमा मिलाई सुत्ने बेलामा चाट्नाले पनि फाइदा गर्दछ ।

अथवा- एकमासा धनियाँको गेडा पिनेर आधामाना पानीमा पकाउनु र कपडाले छान्नु अनि त्यो रस आँखामा एक-दुई थोपा हाल्ने गरेमा आँखा पोल्ने र पानी बग्ने दुवै नष्ट हुन्छ ।

अथवा- मूलाको पातको रस छानेर आँखामा हाल्ने गर्नाले आँखा तेजिला हुन्छन् ।

अथवा- मरीच घ्यूमा मिलाएर खानाले अनेक प्रकारको नेत्ररोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अपामार्गको जरा, मूलाको पातको रस र थोरै सिधेनून मिलाई मिसाई पिंधनु, तामाको भाँडामा हाली दही-पानीसँग बेसरी पकाउनु र आँखामा हालिदिनु फाइदा गर्दछ ।

आँखाको फुलो (जाला) मा

जडेलाको लहरो – छिप्पिएको रूखमा गम्म झ्याङिएको हुन्छ, त्यसका फेदमा काट्दा पानी आउँछ, त्यो लहरो नसुक्ने गरी काटेर आएको पानी छानेर सिसीमा राख्नु, त्यो पानी अँखामा बराबरी २ महिनासम्म हालिराखेमा निको हुन्छ । यसले फुलो पनि काटिन्छ ।

अथवा- सजिउनको पातलाई पिसी छानी सो रसलाई सफा भाँडोमा राखी मन्द आगोमा पकाई काँढा तयार बनाएर प्रतिदिन २ थोपाका दरले २ महिनासम्म आँखामा राख्नेगर्नाले फुलो समेत काटिन्छ ।

अथवा- चरिअमिलीको रस सुर्मा लगाए जस्तो गरी आँखामा लगाउनाले जालो बसेको नष्ट हुन्छ। सो रस छानेर आँखामा हाले लाली समेत काटिन्छ, आँखा वृद्धअवस्थासम्म देखिन्छ ।

अथवा- बनभाटा (जसलाई पंजाबीहरूले कटाईकला पनि भन्दछन्) को जरो कात्तिक महिनाको शुक्लपक्षमा सूर्योदय हुनुभन्दा पहिले लिएर कागतीको रसमा पिसेर तीन-तीन घण्टामा फूलो परेको आँखामा लगाउँदै गर्नाले बाह्र वर्ष को पुरानो फुलो भएपनि नष्ट हुन्छ - फूलो जान्छ ।

अथवा- कपूर र बरको दूध मिलाएर आँखामा सलाईको काँटीले मसला भएपट्टिबाट गाजल लगाएको लगाउने गरेमा आँखाको फूलो नष्ट हुन्छ ।

अथवा- निरोगी बाच्छीको अलिकति ताजा गोबर र कालिसिन्की थिचेर (पिसेर) २ तोला बनाउनु, अनि भखेरै पकाएको भातपनि अलिकता मिलाई एउटा सफा कपडामा बाँधी त्यसले सहन सक्ने तातोले ५-७ मिनेटसम्म सेकिदिनाले अत्यन्त फाइदा गर्दछ ।आँखाको नानीमा भने धेरैबेर तातोले सेकिरहनु हुँदैन, किनकि आँखाको ज्योतिमा असर पर्न सक्छ ।

अथवा- गनाउने (गन्धे) झारको मुन्टाको रस निकालेर सफा कपडामा छानेर आँखामा राख्ने गर्नाले पाकेको दुखेको आँखा निको हुन्छ ।

स्त्रीको दूधमा रिठ्ठाको बोक्रा राखेर खूब खल गर्नु र बत्तीजस्तो

लामो बनाएर राख्नु, आवश्यकतामा पानी घोटेर सलाईको काँटीले आँखामा लगाउनु, केही दिनसम्म लगातार लगाउनाले पुरानो फूलो जालो बसेको र आँखा बन्द हुन लागेको भए पनि ठिक हुन्छ र आँखा निर्मल हुन्छ ।

अथवा- (हर्रो यौटा, बर्रो दुइटा, अमला चार ओटाको समूहलाई त्रिफला भन्दछन्) । सो त्रिफलाका चूर्णमा मह कम्ति घ्यू बढ्ता गरी मिलाई आँखाका वरिपरि लगाए सम्पूर्ण नेत्ररोग नाश हुन्छ ।

अथवा- सोनामख्खिको धूलो महमा मिलाई अञ्जन गर्नाले आँखामा फुलो परेको पनि निको हुन्छ ।

आगो वा तातो घिउ - तेलले पोलेमा

आगो वा तातो घिउ तेलले पोल्यो भने पोल्ने बित्तिकै (तुरुन्त) असली मह लपक्क लगाएर सफा टालाले बाँधिदिनु, जस्तैगरि पोलेको भए पनि फोको उठ्दैन । जहिलेसम्म घाउ आराम हुँदैन तबसम्म मह लगाउँदै जानु ।

अथवा- अमलाको पात, बाख्रीको दूधमा पिसेर लेप लाउनु राम्रो फाइदा गर्दछ ।

अथवा- मेथी पिनेर लेप गर्नाले पोलेको घाउ ठीक हुन्छ ।

अथवा- घ्यूमा चूनको पानी हाली फेटेर लगाउनु ठण्डा गर्दछ ।

अथवा- आगाले पोल्ने बित्तिकै पोलेको ठाउँमा नूनको धूलोमा गाडिदिनु वा पोलेको ठाउँमा हावा न पस्ने गरी नूनको धूलो बाँधिदिनु फोको पनि उठ्दैन र दाह पनि हुँदैन ।

अथवा- तिलको तेल ५ तोला र त्यति नै चूनको पानी मिलाएर बेसरी फेट्नु, सेतो दूध जस्तो भएपछि रुइमा डुबाई घाउमा लगाउनु ।

अथवा -

आगाले यदि पोलिए रस घिऊकुमारीको लाउनु
कच्चा आलु कुटेर लाउनु कि ता की मट्टितेल् लाउनु ।
की ता झट्ट बयर् खरानि गरनू तिल्का त तेल्मा मिसी
पोलेका अनि घाउमा घसिदिनू उम्रन्छ मासू लिसी ॥

आगोले पोलेको घाउ

पीपलको रूखको सुकेको बोक्रा पिनेर पोलेको ठाउँमा छर्कनाले या सिमलको जरो पानीमा पिनेर लेप गर्नाले या जौको खरानी र जवाखरको तेल मिलाएर लेप गर्नाले अग्निले पोलेको घाउ आराम हुन्छ ।

अथवा- १ तोला खाने सोडा, २ तोला जलमा घोली पोलेको ठाउँमा लेप गर्नाले पनि फोका उठ्दैन र जलन तत्काल शान्त हुन्छ ।

अथवा- १ तोला खयर, आधा तोला कपूर, ३ मासा सिन्दूर तीनै चीज पिनी छानी १०० पटक घोलिएको घिउमा एक छटाक मिलाएर खूब मल्नु र जलेको ठाउँमा लगाउनु आराम हुन्छ ।

आउँ परेमा

१ तोला चरिअमिलीको पात चटनी बनाई मोहीसँग तताएर दिनको ४ पटक खानाले पुरानो आउँ रगतमासी निको हुन्छ ।

अथवा- बोझाको धूलो ५ तोला, धनिजाँ ३ मासा, मरीच १ मासा, पाती १ मासा, पानीमा सवा घण्टासम्म उमालेर पकाउनु, छानेर २ तोलाको मात्रा गरी दिनको ३ पटक दिनु-ख्वाउनु फाइदा गर्दछ ।

आउँ-दिशा लागेमा

पाकेका चार ओटा बेलको गुदी झिकी उमालेका पानीमा मिश्रीसित ३-३ घण्टामा खानु फाइदा गर्दछ।

अथवा- सुकेको बेल, पुरानो गुड, मरीच बराबर (मरीच जत्रो) मात्रा लिएर अथवा त्यसमा १०-१० ग्राम इसबगोल र मिश्री मिलाएर फाँको मार्नु। रगत पनि आएको छ भने दूबोको रस (२० ग्राम) सहित पिउनु फाइदा गर्दछ।

आमाशयको रोगमा

सुन्तलाको बोक्रा १तोला र आधा तोला नीमको बोक्रा पानीमा मिलाई छोपी राख्नु, १५ मिनेट पछि झिक्नु र छान्नु, ५ तोलासम्मको मात्रा गरी पिउनु, यसरी दिनमा ३ पटकका दरले केही दिनसम्म सेवन गर्नु लाभदायक हुन्छ। साथै आमाशय पनि बलियो हुन्छ।

अथवा- ३/४ तोला नास्पतीको रस पिउनाले आमाशयलाई ताकत दिन्छ, पागलपन हटाउँछ र छटपटी हटाउँछ, साथै छातीलाई बलियो पार्दछ।

आधा कपाल दुखेमा

तिलको पिनाको रस, तेल, मह र सीधेनून यी सबै मिलाई मस्तिष्कमा लेप गर्नाले या घिउमा सीधेनून मसिनो गरी पिनी नस लिनाले र ५-६ दिन बराबर सुँघ्नाले यो रोग आराम हुन्छ।

अथवा- बच, पिप्ला यीमध्ये कुनै एक मसिनो गरी पिनी नस लिनाले या चूलाको जलेको माटो र मरीच समभाग पिनेर नस लिनाले पनि यो रोग आराम हुन्छ।

अथवा- श्वेतकरवीरको पात छायाँमा सुकाएर मसिनो गरी पिनी जतापट्टि दर्द हुन्छ त्यतैपट्टि नाकमा नस लिनाले खूब छिउँ आउँछ र नाकबाट पानी निक्लेर आधा शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- वनपरेवाको विष्ठा, रायोसँग पिनी शिरमा लेप गर्नाले या नौसादर दुई लाल र कालो नून २ लाल पानीमा पिनेर गाईको घिउमा मिलाएर नाकमा थोपा दिनाले या सूठोलाई दूधमा पिनेर सुँघ्नाले र शिरमा लेप गर्नाले अर्धशिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- अर्क, कपूर शिरमा मालिस गर्नाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- केशरी घिउमा पिंधेर सुँघ्नाले निको हुन्छ ।

अथवा- मालभोग केराको कोसो आधा काटी त्यस आधामा २ तोला बेसार मिलाई खानाले आधा कपाल दुखेको निको हुन्छ ।

यस विमारका लागि टाउको जुन भागमा दुखेको छ त्यही तर्फको पाखुरामा राम्रोसँग डोरीले कस्ने । केही समयमा नै आधा दुख्न छोड्छ अनि पाखुराको डोरी फुकाइदिने । यदि त्यसको दोश्रो दिन पनि फेरि आधा दुख्यो भने नाकको जुन प्वालबाट श्वास राम्ररी फेरिन्छ, त्यही प्वाललाई रुवाले थुनेर माथि भने झैं पाखुरामा डोरी कसे आधा दुख्ने विमार सधैंलाई निको हुन्छ ॥

इन्द्र लुप्त (खुइरे रोग)

यस रोगमा शिर या दाह्री आदिको रौं झर्दछन् र फेरि आउँदैन । यसले गर्दा मनुष्यका रूप भद्दा देखिन्छ । मैनसील, हीराकसी, नीलोतुथो, मरीच समभाग पानीमा पिनेर रौं नभएको ठाउँमा लेप गर्नू ।

अथवा- कटुकी तीतो परवलको पातको रससँग पिनेर लगाउनाले ७ दिनमा रोगहीन स्थानमा निश्चय नै रौं पलाउँछ ।

अथवा- हातीदाँतको खरानीमा बाख्राको दूध र रसौत (चूत्राको चूक)मिलाएर लेप गर्नाले खुइरे रोग निश्चय ठीक हुन्छ ।

उपदंश भिरिङ्गीमा

सत्यानाशी (भन्भना) को फल (जब फूल झर्छ तब) २ तोला र त्यसैको जरो २ तोला, खुर्सानी १ तोला कुटेर (पिसेर) चूर्ण बनाउनु र कपडछान गरी ठूलो केराउ बराबर गोली बनाई नित्य (बिहान-बेलुका) खाने गर्नाले गर्मी, उपदंश, सुजाक र प्रमेहमा लाभ गर्दछ । औषधि सेवनकालमा चनाको रोटी र दाल खानु ।

अथवा - शुद्ध संखीया, गुर्जाको सत्त्व, समान भाग मिलाएर बिहान बेलुकी (२ पटक) नौनी, मिश्री या तरसँग नित्य खानु, १ महिनासम्ममा निको हुनेछ ।

उकुच वा खटिराबाट पानी बगिरहने घाउमा

नीम अथवा बकायिनाको पात महमा पिंधेर घाउको वरिपरि लगाउनाले फाइदा गर्दछ ।

उन्माद एवं मूर्च्छा र रिँगटा लाग्ने रोगमा

अत्यन्त क्षीण हुनाले या पित्तदोष ज्यादै बढ्नाले, विरुद्ध भोजनले र सत्त्व गुणको कमी र तमोगुणको अधिकताले अन्य कतिपय कारणले मूर्छा रोग हुन्छ । मूर्छा हुनेभन्दा पहिले प्रायः यी लक्षणहरू हुन्छन्- हृदय पीडा, ग्लानि, चेतना नाश हुनु, बल नाश हुनु, कमजोरी आदि । एमोनिया सुँघाउनु । एक मासा कपूर ६ मासा, श्रीखण्ड

गुलाबजलमा घोटेर सारा शरीरभर लेप गर्नु मूर्छा नाश हुन्छ ।

अथवा- सानो पिप्लाको मसिनो चूर्ण महमा मिलाएर चटाउनाले पनि मूर्छा रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- अमलाको बियाँ निकालेर बियाँबाहेक अमला मात्र पिन्नु र त्यस चूर्णलाई १८ घण्टासम्म खल गरी उँखुको रस जति सकिन्छ घोट्दै सुकाएर फेरि पिस्नु, कपडछान गरी यस चूर्णलाई २-३ मासाको मात्रा गरी दिनको दुई पटक ताजा जलसँग खानु, मूर्छा, प्यास प्रमेह र दाह आदि शान्त हुन्छ । यदि बालकलाई जुकाको कारणले मूर्छा भएको छ भने केशर र कपूर दूधसँग घोटेर पियाउनाले अवश्य लाभ हुन्छ । कृमिनाश गर्न यो रामबाण औषधी यो ।

अथवा- सेतो प्याजको रस नाकमा हाल्ने, श्रीखण्ड र कपूर पिनेर लेप गर्नाले पनि मूर्छा र उन्मादमा लाभ हुन्छ ।

अथवा- ल्वाँङ, सूठो, मरीच, पिप्लालाई मसिनो गरी पिनेर दाँतमा मल्नाले या सेतो प्याज कुटेर नाकको सामुन्ने राख्नाले हिस्टेरियाको मूर्छा ठीक हुन्छ ।

अथवा- ब्राह्मीको पातको स्वरस ४ तोला, कूटको चूर्ण १२ लाल, मधु ४८ लाल यो सबै मिलाएर पिउनाले उन्माद रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- कुभिंडोको बीजको चूर्ण ४८ लाल, कूटचूर्ण १२ लाल, मधु ४ मासा मिलाएर चाट्नाले या कुभिंडोको बीजको गुदी २ तोला, सर्पगंधाचूर्ण २ मासा, रातो माटाको भाँडामा १० तोला पानीमा भिजाई बिहान सिलौटामा पिनेर छानी ६ मासा मह मिलाएर पिउनु दुई-तीन दिनमा उन्माद रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- शंखाहुलीको रस ४ तोला, कूट चूर्ण १२ लाल, मह ४८ लाल मिलाएर पिउनाले उन्माद रोग हुन्छ ।

अथवा- १० वर्ष पुरानो घिउ नित्य पिउनाले उन्माद र मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- ब्राह्मीको रस, कूटको रस, शंखपुष्पीको रस, बोझोको रस यी चारैवटाको एक एक पाउ लिएर पकाउनु, जब रस सुकेर घिउमात्र बाँकी रहन्छ अनि उतार्नु । यो घिउ र दूधसँग बोझाको चूर्ण खानाले पनि उन्माद रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- सेतो प्याजको रस आँखामा हाल्ने, त्यसैको नस लिने गर्नाले पनि उन्माद र मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- कपासको बियाँको तेल शिर र छातीमा मल्नु । सारस्वतचूर्ण र त्यसको साथ थोरै ब्राह्मीघृत पनि खाने गर्नु उन्माद र मृगी रोग अवश्य आराम हुन्छ, स्मरणशक्ति खूब बढ्दछ । प्रमेह आदि वीर्यदोष पनि ठीक हुन्छ । चूर्णको मात्रा एकतोला बराबर घिउ र महमा मिलाएर ६० दिन वा ४० दिनसम्म सेवन गर्नुपर्छ ।

ब्राह्मीघृत

बच (बोझो), कूट, शंखाहुलीचूर्ण हरेक आधा-आधा सेर, घिउ दुई सेर ब्राह्मीको पातको रस ८ सेर लिएर सबैलाई एकै ठाउँमा मिलाउनु, कराइमा हालेर मंदाग्निले पकाउनु । जब रस सिद्धिएर घिउमात्र बाँकी रहन्छ, उतारेर, छानेर सफा शिशीमा राख्नु । ६ मासादेखि एक तोलासम्मको मात्रा गरी नित्यसेवन गर्नु, उन्माद, मृगी, संधिवात आदि रोग शान्त भएर स्मरणशक्ति बढ्दछ ।

अथवा- ब्राह्मीको पातको स्वरस ४ सेर र घिउ एक सेर मिलाई, पकाई सेवन गर्नाले उन्माद र मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- ब्राह्मीको पातको स्वरस एक तोला, अकरकरा ३

मासा, मह तीन मासा सबै मिलाई नित्य बिहान-बेलुका ४० दिनसम्म सेवन गर्नाले उन्माद, चित्तभ्रम, मृगी रोग आराम हुन्छ ।

छायामा सुकाएको कागतीको बोक्रो ६ मासामा १ माना पानी हालेर रातभर भिजाई राख्नु, भोलिपल्ट बिहान त्यसलाई मिचेर छानेर त्यसमा मिश्री मिलाई खानाले उन्माद-रिँगटा समेतमा फाइदा गर्दछ ।

उन्माद या पागलपन को अनुभूत औषधी

सर्पगन्धा (चाँदमरूवा) को चूर्ण ४ मासा शुद्ध गुलावको अर्क एक छटाँकमा १२ घण्टा भिजाएर सात दाना मरीचसँग पिनी बिहान बेलुका दुई समय पिउने गर्नु, अमिलो, पीरो, गुड, तेल र गर्मी चीजबाट परहेज गर्नू । घिउ, दूध, मखन, अधिक मात्रामा सेवन गर्नू । उन्मादको लागि अनुभूत औषधी हो ।

उपियाँ भगाउनमा

इन्द्रेणीको फल पानीमा पिसी घरको सबै ठाउँमा छिट्किए उपियाँ भाग्छन् ।

ओछ्यानमा मुत्ने रोगको औषधि

ओछ्यानमा मुत्ने केटाकेटी सुत्ने ओछ्यानको मुन्तिरको माटो पोलेर घ्यू-मह (विषम गरी) मिलाई चटाउने गर्नु ।

अथवा- नीमको जरा कुटेर रस झिक्नु बेलुका (खाना खानु भन्दा पहिले) पियाउनु । औषधी लगातार १५-१६ दिनसम्म सेवन गराउनु ।

अथवा - १ रत्ति भाङ भुटेर पिस्नु र महमा फेटी केही दिनसम्म नित्य खुवाउनु । (यो एक मात्रा हो) ।

अथवा - बेलुका सुत्ने बेलामा १ गिलाँस तातो पानी या मनतातो दूधमा ३-४ वटा छोहडा मिलाई सेवन गराइदिनाले यो रोग नाश हुन्छ ।

औलो-ज्वराको औषधि

उदकमञ्जरी ३ टायम खान दिनु । मात्रा २ तोला ।

अथवा- कागतीको १ तोला रसमा १ तोला मिश्री मिलाई खानु ।

अथवा- कागती २ फ्याक पार्नु १ फ्याकमा मरीच र सिधेनून र अर्को फ्याकमा मरीच र मिश्री मिलाएर आगोको भुङ्ग्रामा न डढ्ने गरी तताउनु र सहँदो तातो चुस्नु, औलाको ज्वरोमा फाइदा गर्दछ ।

अथवा- साढे २ माना तातो पानीमा २ वटा कागतीको रस र ५ तला चिनी हाल्नु, ठण्डा भएपछि २ तोलाको मात्रा गरी दिउँसो, बिहान र बेलुका गरी ६-७ पटकसम्म पिउनाले औलोसम्बन्धी ज्वरो निको हुन्छ ।

कपाल कालो गर्नुपरेमा

गोरखमुण्डी भिजाएको पानीले टाउको नुहाउने गरेमा कपाल कालो र लामो हुन्छ ।

अथवा- कालो चितोको फूलको चूर्ण ३ मासा दिनदिनै दूधसँग सेवन गर्नाले कपाल कालो हुन्छ र कालै निक्लन्छ ।

धनियाँको रस र अमलाको रस खाने गर्ने र धनियाँको रस

टाउकोमा लगाएर नुहाउने गरेमा कपाल कालो, सुन्दर, सफा गराइदिन्छ । कपाल कैलोलाई कालो गराउनु परेमा त्रिफला पानीले टाउको नुहाउने गरेमा कैलो कपाललाई कालो बनाइदिन्छ ।

कपालको चायाँमा

कागतीको रस चिनीमा मिलाएर शिरमा लगाउनाले र ५-६ घण्टा पछि शिर धुनाले चायाँ पर्ने ठीक हुन्छ । औषधि लगाउनूभन्दा पहिले क्षौर गर्नुपर्छ ।

अथवा- आँपको गुदी र हर्रो यी दुवै समभाग लिएर दूधमा पिनेर क्षौर गरी शिरमा लगाउनाले शिरमा चाय पर्ने ठीक हुन्छरु ।

अथवा- नीमको साबुन या कार्बोलिक साबुनले शिर नुहाई तेल लगाउनाले पनि चायाँ ठीक हुन्छ ।

कपाल झरेमा

तुलसीको पातको रस र सखर मिलाएर बेलुका सुत्ने बेलामा टाउकोमा लगाएर सुत्ने र बिहान उठेपछि मन तातोपानीले नुहाउने गरेमा कपाल झर्ने रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रसमा अमला पिधेर कपालमा मल्नाले कपाल झर्दैन, कपाल लामो र कालो पनि हुन्छ ।

कपाल लामो गर्नु परेमा

अमलाको तेल एक किलोमा २०० ग्राम कफिको बीउ हालेर हल्का आगोमा पकाउने र तेल सेलाएपछि त्यो तेलले नुहाउने गरेमा कपाल बढ्न पनि थाल्छ, कैलो छ भने कालो पनि- गराइ दिन्छ ।

कपालमा जुम्रा परेमा

लशुन पिंधेर रस निकाली कागतीको रस मिलाएर कपालमा लगाउनाले लिखा जुम्रा नष्ट हुन्छन् ।

कपालको चायामा

कागतीको रस र चिनी मिलाएर बेलुका सुत्ने बेलामा टाउकोमा लगाएर सुत्ने र बिहान उठेपछि मनतातो पानीले नुहाउने गरेमा कपालको चायाँ नष्ट हुन्छ ।

कपाल दुखेमा

चरिअमिलीका रसमा प्याजको रस मिलाएर लेपन गर्नाले पित्तबाट कपाल दुखेको भए निको हुन्छ ।

कब्ज हटाउने उपाय

वातप्रधान रोगीलाई ज्वर आएमा कब्ज अधिक हुन्छ । ३-४ मासा कालो निशोथको चूर्ण महमा मिलाएर चटाउनू ।यदि कोष्ठबद्धता बढी छ भने ६-८ मासा चूर्ण दिनू, ज्वरोमा दिसा लगाउने यो राम्रो औषधी हो । यसले विषमज्वर पनि ठीक हुन्छ र कब्जियत पनि ।

अथवा- २॥ तोला काष्टरआयल एक पाउ तातो दूधमा मिलाएर पियाउनू । यो बडो हलुका जुलाफ हुन्छ । बालक र गर्भवती स्त्रीको साधै सबैको लागि लाभदायक हुन्छ ।

अथवा- सनाइपत्ती, सुठो, सुप, ठुलो हर्रो, कालो नून बराबर भाग लिएर पिनेर छानेर यसको ४-६ मासा चूर्ण राती बेलामा खाएर पछि तातीपानी पिउनु एकपटक या दुई पटक दिसा भएर पेट सफा हुन्छ ।

एक तोला अमिलोको फल पानीमा पकाएर छान्ने र मिश्री मिलाएर खाने गर्नाले पेट फुल्ने र कब्जियत हुने दुवै रोगलाई नष्ट गर्छ।

कमिलाले सताए

पतिनाको पात वा डाँठलाई केही सुकाएर पिस्न र सो धूलो घिउ, चिनी वा कुनै त्यस्ता कमिलाहरूले सताएको चीजको पिँधमा- (वा भाँड़ामुनि) राखिदिनु कमिलाले सताउन्न।

अथवा- सिमलीको १ तोला पातको काढ़ा बनाई (पकाएर) खानाले रुघाले कपाल दुखेको र कान बहिरो भएकोमा पनि तुरुन्त आराम गर्दछ।

कलेजो र फियो बढेमा

मुलाको बीउ ३ मासा र कागतीको रस प्रत्येक दिन खाने गर्नाले कलेजो र फियो बढेको ठीक गर्छ।

कफ फटाउनमा

मरीच पिंधेर मह मिलाएर चटाउनु, (दिनको ४ पटक चाट्नाले) छातिभित्र र कण्ठनाली भित्र रहेको कफ फाट्दछ।

अथवा - सितोपलादिको चूर्ण (रोगीको अवस्था र उमेर हेरी) महमा फेटी खाने गर्नाले उपरोक्त फाइदा गर्दछ।

कफबाट रगत आएमा

३ मासा खयरको फलको धूलो बनाई महमा मिलाएर चाट्ने गर्नाले कफबाट रगत आउने रोग नष्ट हुन्छ।

कफशूलमा

निमको बोक्राको काँडा-पानी पकाएर खानाले कफशूल ठीक हुन्छ ।

कपडामा लागेको मसीको दाग छुटाउनमा

यो दाग हटाउनको लागि नून छर्केर कागतीको रस निचोरी-सकेको बोक्राले मलेर साबुन पानीले राम्ररी धुँदा दाग जान्छ ।

यदि दाग पुरानो छ भने दाग लागेको भागलाई केही समयसम्म दूधमा भिजाएर राखेपछि नून र कागतीले मलेर साबुनले धुँदा दाग छुट्छ ।

कपडामा लागेको रगतको दाग छुटाउन परे

चिसो पानीमा नून मिलाएर कपडा भिजाइ राखेर ३-४ घण्टा पछि साबुनले धोएमा रगतको दाग छुट्नसक्छ ।

कम्मरभित्रको खटिरा

एरंड (अडीर) को बियाँ पिनेर मोटो प्लाष्टर (लेप) लगाउनू । कपडाको किनारालाई खोटाले बन्द गरिदिनू जब यो प्लाष्टर पिपले भरिन्छ अनि अर्को प्लाष्टर लगाउनू खटिरा ठीक हुन्छ ।

अथवा- नीमको पातलाई लस्सा आउनेगरी पिन्नू र त्यसलाई कुनै कपडामा लपेटेर त्यसमा माटो लगाएर आगोमा सेकाउनू । माटो सुकेपछि निकाल्नू । नीमको पाकेको लेदोको एक अंगुल बाक्लो चक्की बनाएर खटिरामा लगाउनू, २-४ पटक यस्तो गरेपछि खटीरा ठीक हुन्छ ।

कामशक्ति घटाउनु परेमा

आधा तोला सेतो दूबो पिंधेर रस निकाली पिउने गर्नाले कामशक्ति घट्दछ ।

अथवा- केही दिनसम्म लगातार नीमको काढ़ा बनाई खानाले मनुष्य एकदम नामर्द बन्दछ ।

अथवा- ४-५ मासा धनियाँको गेडा पानीमा भिजाएर (गेडै समेत चबाएर) सो पानी पिउनाले कामशक्ति कम हुँदै जान्छ ।

अथवा- संभोग गरिसकेपछि तुरुन्त चिसोपानी पिउने र लिङ्ग पनि चिसै पानीले धुने गर्नाले केही दिनमैं नपुंसक बन्दछन् । (यो गृहस्थी-दाम्पत्य जीवनमा नपुंसकत्त्व होलान् भन्ने चेतावनी हो) ।

कामशक्ति बढाउनु परेमा

४ तोला सिमलीका जराको धूलो, ४ तोला सुठोको धूलो मिलाई ८ मात्रा बनाउनु १-१ पुडिया दूधसँग खाने गऱ्यो भने मनुष्यको कामशक्ति अत्यन्त बढ्दछ ।

(यस्तै औषधी र उपायहरू यस पुस्तकको कुनै प्रसङ्गमा दिइएका छन् र अर्को भागमा पनि विस्तृत गरी लेखिने छ) ।

कानको रोग

बालक तथा वृद्धको धेरै समयदेखिको वहिरोपन ठीक हुँदैन । यदि रोग धेरै दिनदेखि लागेको छ भने- रायो, पिप्ला, हीङ्ग सूप र मूला, पानीसँग सिलौटामा पिनी यसको लेदोभन्दा ४ भाग बढी तेल र एक सेर अपामार्गको भस्म घोटिएको पानी हालेर पकाउनू । तेलमात्र बाँकी भएपछि छानेर शीशीमा राख्नू। यो तेल कानमा हाल्नाले, वहिरोपन, कान दुख्नु, कान कराउनु ठीक हुन्छ ।

अथवा- अपामार्गको सिलौटामा पिनेको लेदा १ छटाक, एक पाउ तेल, अपामार्गको भस्म, पोतेको पानी एक सेर सबै मिलाएर पकाउनू, तेलमात्र बाँकी भएपछि झिकी छानी शीशीमा राख्नू । यो तेल कानमा हाल्नाले बहिरोपन र कान कराउने आराम हुन्छ । कानको रोगमा यो तेल अमोघ औषधि हो र यदि कानबाट पीप आउँछ भने अलिकति फिटकीरी पानीमा घोल्नू र ४-५ पटक कानमा पचका लगाउनू, पछि अपामार्गको तेल ५ थोपा कानमा हाल्नू, केही दिन यसो गर्नाले पीप आउन बन्द हुन्छ । यदि १० दिनसम्म यसो गर्दा पनि ठीक भएन भने, फिटकिरी आगोमा फुराएर पिन्नू यसलाई कागतको नलीमा भरेर कानमा फुक्नू, यसले कानबाट पीप आउने पुरानो रोग पनि आराम हुन्छ । पीप आउन बन्द भएपछि ५ दिनसम्म अपामार्गको तेल ५ थोपा हाल्दै रहनू, कान निर्दोष हुन्छ । भर्खरै भएको बहिरोपन भए त्यो पनि ठीक हुन्छ ।

अथवा- अदुवाको रस तताएर कानमा हाल्नाले कान दुखेको निको हुन्छ ।

अथवा- खस्रेताको पात आगोमा सेकाई निचोरी २-३ बुँदा (थोपा) कानमा राख्ने (हाल्ने) गर्नाले कान दुखेको सञ्चो हुन्छ ।

बबुलको फूल तोरीको तेलमा पकाएर कपडाले छानी दिनमा २/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान नसुन्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सिमलीको जरालाई तिलको तेलमा हालेर पकाउनु । कपडाले छानेर सफा सिसीमा राख्नु, कानसम्बन्धी जुनसुकै रोगमा ३-४ थोपा कानमा हालिदिनु । बहिरोपन र त्यससम्बन्धी घाउ खटिरा समेत निको हुन्छ ।

अथवा- कैंथको कि अदुवाको कि पाकेको विमिराको रस तताई मनतातो गरी कानमा राख्नाले कर्णशूल (कान घोच्ने) निको हुन्छ ।

अथवा- अदुवाको रस र मह बराबर मिलाई कानमा हाल्नु ।

अथवा- लहसुन, अदुवा, सैजनको विआँ, मूला, केराको गानु यी पाँचै थोकको या एक एक या दुई-दुई थोकको रस मनमातो गरी कानमा हाल्नु ।

अथवा- दालचिनीको तेल २/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान सुन्ने गर्छ ।

अथवा- शालिपर्णी, प्रश्निपर्णी, विहीँ, कण्टकारी, गोखरू (गोखूर), सह्लो यी ६ थोक मध्ये जुन-जुन सुलभ छ उसको आठ अङ्गुल जरो लिनु र त्यसमा कपडा बेरेर तिलको तेल भिजाउनु र १ छेउ सल्काएर एउटा भाँडो थाप्नु, तप-तप चुहेको त्यो तेलको थोपा मनतातो भएपछि कानमा हाल्नु त कर्णशूल झट्ट निको हुन्छ ।

अथवा- पहेँलो भई पाकेको आँकको पातमा घिउ लगाएर आगामा तताई कानमा राख्नु कर्णशूल निको हुन्छ ।

अथवा- पहेँलो स्यूँडीको पात आगामा तताई त्यसको रस कानमा हाल्नु आराम गर्दछ ।

कानको जरा सुन्निएकोमा

हलेदो, इन्द्रेणी, कूट, सिधेनून, चुत्राको बोक्रो, चिउरीको जरा, यी ६ थोक आँकको दूधमा पिंधेर लेप बनाई सुनिएको ठाउँमा लगाउनु ।

अथवा- गहत, काफलको बोक्रो, सूठो, मुग्रेलो यी ४ थोक पानीमा पिंधेर लेप बनाई मनतातो गरी लगाउनु ।

अथवा- सैजनको विआँ र रायो यी २ थोक पानीमा पिंधेर पट्टि बनाई सुजन भएको (सुन्निएको) ठाउँमा लगाउनु ।

काल बोलाउन मन लागे

पाकेको रुख कटहरसँग पोलेको मकै या सुखा रोटी (भुङ्ग्रामा पकाइएको) खानु, कालका दूतहरू आउँछन् – (आ. सा. द.) ।

क्यान्सर भएमा

ताजा अदुवा पिसी २ चम्चाजति रस निकाली सो रस र मह बराबर मिलाई २०–२५ दिनसम्म खाली पेटमा खानाले क्यान्सर रोग मा हितकर हुन सक्छ ।

काटेको घाउमा लगाउने औषधी

काटेको छ जहाँ पिशाब गरनु कम् हुन्छ यस्ले पनि की ता पत्थर कोइला पिंधि धुलो हाली निको भो भनी ।

गाग्री एक जलै भरी फिटकिरी हाली करूवा दिनू
धारा जल्दि दिनू र साफ खुन जो थामिन्छ बूझि लिनु ॥
काटेमा खशिको कि पित्त जलमा घोटेर लाईदिनू ।
जालो लीनु कि माकुरा र भितरै कोचेर बाँधिलिनु ॥

अथवा– दूबो सफा ठाऊँमा खूब मैदा गरी पिसनु र चन्दन जस्तोभएपछि काटेको ठाउँमा लगाइदिनु रगत आउन बन्द हुन्छ । घाउ पनि पाक्दैन ।

अथवा– भृङ्गीराजको रस लगाउनु, घाउलाई ट्याप्प पारेर समाति कुनै सफा कपडाले राम्रोसँग बाँधिदिनु, २–३ घण्टा भित्रमा जोडिन्छ, पाक्नु, पाप्रो जानु आदि विकारहरूले कष्ट दिंदैन ।

काटेको ठूलो घाउमा मासु न भरिएमा

आँपको बोक्रा पिनेर लगाउनु काटेको घाउ ठीक हुन्छ ।

अथवा- पिपलको बोक्रालाई डढाई अँगार पर्नु, अनि धानलाई भुटेर कालो पार्ने र पाषाण भेद साथै पीपलको अगारलाई पनि मसिनोपारी पिसने। अनि उपरोक्त सबै पिसिएका अँगारका धूलोहरू छानी घाउमा बाक्लो गरी छर्कने गर्नाले केही दिनमैं घाउ पुरिदै जान्छ। अन्त्यमा जब घाउ पुरिन केही बाँकी रहन्छ, तब औषधी प्रयोग गर्न छोड्नु पर्दछ, अन्यथा त्यही घाउ भएकै ठाउँबाट मासु पलाउँदै गई पहिलाको अरू सतहभन्दा माथि आई न राम्रो देखिन सक्छ- (आ. सा. द.)

कालो छाला गोरो बनाउन

नित्य नुहाउने र गधीनीको दूधले शरीरमा मालिस गर्ने गरेमा कालोलाई गोरो बनाइदिन्छ।

कीरा परेको घाउमा

दिनको ३ पल्ट बरको दूध घाउमा हाल्ने गर्नु घाउका कीरा सबै मर्दछन्।

कुकुरले टोकेको घाउमा

पहाडे पिंडालु घोटी घाउमा लगाउनु।

अथवा- सिस्नु पिसेर लगाउनु ठीक हुन्छ।

कृमि रोग (जुका) परेमा

शरीरको रंग बदलिन्छ, कैले ज्वरो आउँछ। पेटमा शूल हुन्छ। नाक चिलचिलाउँछ। हृदय दुख्छ, जीउ दुख्छ, वमन हुन खोज्दछ, रिंगटा लाग्छ, खान मन लाग्दैन। दिशा लाग्दछ। यी लक्षण भयो भने जुका परेको छ भन्ने थाहा पाउनुपर्छ। मनुष्यको पेटभित्र सात

प्रकारका कीरा या जुका हुन्छन् तापनि प्रधानरूपले तीन प्रकारको पाइन्छन् । रोगीलाई पहिले अलिकति सख्खर खुवाउनुपर्छ, यसले जुका एकत्रित हुन्छन् ।यसपछि मोहीमा कबीला खुवाउनुपर्छ, यसले कीराहरू मर्दछन् ।पछि क्यास्टरआइलको जुलाब दिएर निकाल्नुपर्छ ।

अथवा- नीमको पातको रस ५ ग्राम पिउनु, ३-४ दिनसम्म सेवन गरिराख्नु । सेवनविधि - बिहान बेलुकी खाली पेटमा ।

अथवा- कबीला र वायुविडंग आधा तोला पिनेर छानी महमा मिलाएर चाट्नाले या भातको माडमा वायुविडंग र त्रिकुटाको चूर्ण मिलाएर खानाले कृमि रोग नष्ट हुन्छ, जठराग्नि बढ्दछ । या नित्य प्रातःकाल खुरसानी र अजवायनमा सिधेनून मिलाएर खानु ।कालो जीराको चूर्णमा मह मिलाएर खानाले या एरण्ड तेलमा गाईको गहुँत मिलाएर खानाले या अनारको बोक्राको काँढा ३ मासा गहुँतमा मिलाएर तीन दिनसम्म खानाले या प्रातःकाल पहिले सख्खर खाएर केही समयपछि बासी पानीमा खुरसानी,ज्वानु पिनेर पिउनाले पेटका सबै जुका नष्ट हुन्छन् । हलुका जुलाफ गर्नू राम्रो हुन्छ ।

खटिरा फोर्नु परेमा

कालो अगरु (अँगार) पानीमा घोटेर लगाउनाले टन्कने दर्द कम हुन्छ । खटिरा फोर्नु छ भने तिसीको पीठोमा अलिकति हलेदो मिलाई पानीको पुल्टीस पकाई सहँदो तातो पारी बाँध्नु चाँडै फुटी राम्रो हुन्छ ।

खाने नूनको गुण

तातो पानीमा १ चम्चा हाली खान दिए वमन गराउँछ ।

तातोपानीसँग मिसाएर कुल्ला गर्ने र नाक एवं मलद्वारमा पचका हान्नेर घाउ धुने काममा फाइदा गर्दछ ।

नूनको धूलो ३ मासा मन तातो पानी १ मानामा मिलाएर कुल्ला गर्ने गरे घाँटी दुख्ने समेतमा फाइदा गर्दछ ।

रुघा लागेको बेलामा नाकमा पचका हान्न, कमजोरी भएको बेलामा, हैजा लागेको बेलामा, जूका, चूर्ना परेको बेलामा मलद्वारबाट पचका हान्ने गर्ने गर्नाले फाइदा गर्दछ ।(तर उमेर हेरी प्रयोग गर्नुपर्दछ । जवान उमेरकालाई १ देखि २ मानासम्म । १०-१२ वर्ष सम्मकालाई १० तोलासम्म) ।

खेती-बालीमा कीरा लागेमा

सागपात वा जुनसुकै विरुवामा कीरा लागेमा गुईंठाका खरानीको धूलो छरिदिनाले कीरा नष्ट हुन्छन् ।

गाईको गहुँ (उँ) त छर्किदिए पनि सबै कीरा मर्दछन् ।

खोकीनाशक उपाय

फोक्सोको मुखमा सर्दी या गर्मी लाग्नु, फोक्सोमा घाउ-खटिरा हुनु, अमिलो, पीरो धेरै खानु, फियोमा विकार हुनु, शरीर कमजोरी हुनु, अथवा अति मैथुन या अधिक परिश्रम आदिबाट खोकीको उत्पत्ति हुन्छ । खोकीमा कफको पूरा ध्यान दिनुपर्छ । जबसम्म कफ निक्लँदैन तबसम्म गरम औषधी दिनु हुँदैन । कफलाई ढीला गरी निकाल्ने औषधी दिनुपर्छ । १-२ तोला अलसीको काँढामा एक तोला मिश्री मिलाएर दिनाले १० दिनमा कफ फुलेर निक्लन्छ । अलसी खोकीको रामबाण औषधी हो ।

अथवा- मरीच १ तोला, पिप्ला १ तोला, जवाखर ६ मासा,

अनारको बोक्रा २ तोला सबै पिनेर छान्नु । यस चूर्णमा ८ तोला पुरानो गुड मिलाएर ३-३ मासाको गोली बनाउनु, यो गोली चुस्ने गर्नु; खोकीको अमोघ औषधी हो ।

अथवा- आँकको न फक्रेको कोपिला १ तोला, सफेद खयर १ तोला, मरीच १ तोला सबै कुटेर मिलाई आधा लालको गोली बनाउनु, छायामा सुकाउनू । बिहान-बेलुका १-१ गोली खानु; सब प्रकारको खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- भुटेको सुहाग १ तोला, कच्चा सुहाग १ तोला, मरीच दुई तोला, खयर एक तोला सबै पिनेर छान्नु । घिउकुमारीको रसमा घोटी एक एक लालको गोली बनाएर छायामा सुकाउनु । १-१ गोली दिनमा २-३ पटक खानु, बालको सबै प्रकारको खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- असुराको रस ६ मासा, सानो पिपला एक मासा सबै मिलाएर तताएर पिउनु, यसबाट खोकी निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा- काफलको बोक्राको रस महमा मिलाएर चाट्नाले पनि खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- आँकको पात १००, कालो नून १ पाउ, धतुराको पात १०० यसलाई हाँडीमा राखेर मुख बन्द गरी जलाउनु । खरानी भएपछि २ रती (लाल) खरानी अदुवाको रससँग र महसँग खानाले खोकी तथा दम आराम हुन्छ ।

अथवा- ठूलो मुनका दाख एक दाना लिएर बियाँ निकाली १-१ लाल काकडसिंगी र दालचिनी मसिनो गरी पिनेर मिलाई बालकलाई खान दिनु । यसरी खुवाउनाले बालकको खोकी आराम हुन्छ, छातीमा घरघर गर्ने निको हुन्छ, बालक पुष्ट हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको पात एक मासा,अदुवा एक मासा, ल्वाङ

२ मासा, कपुर-चामलको गेडा जति, सबै मिलाएर चपाएर खानाले सुखा खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- बिना बियाँको मुनका दाख, विना बियाँको अमला, छोहरा सबै ८-८ मासा लिएर आधा पाउ पानी पकाउनु, जब चौथाइ बाँकी रहन्छ मलेर छान्नु, फेरि यसमा ५ दाना मरीच र आधा पिप्ला मिलाएर नित्य चटाउनु, खोकी ठीक हुन्छ ।

अथवा- अर्जुनवृक्षको बोक्रो ल्याएर कुटेर त्यसमा असुराको रसको ७ भावना दिनु । यस चूर्णलाई घिउ, मह र मिश्री (बराबर भाग होइन) मिलाएर चाट्नाले क्षयरोगको खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- ताउमा भुटेको अलसीको बीउ महमा मिलाएर चाट्नाले या हलेदो भुटेर महमा मिलाएर चाट्नाले श्वास र खोकी आराम हुन्छ ।

बर्रो र पिपलाको चूर्ण महमा मिलाएर चाट्नाले सबै प्रकारको खोकी आराम हुन्छ । बर्रो मुखमा राख्नाले या गुर्जोचूर्ण दुई मासा, त्रिकुटा २ मासा मिलाएर महका साथ चाट्नाले खोकी र श्वासलाई फाइदा गर्छ ।

अथवा- एक मासा आँकको फूल, एक मासा सिधे नून, तीन लाल अफिम, ६ मासा ज्वानो सबै मिलाएर पिन्ने र सानो केराउ जत्रो गोली बनाउने र तीन-तीन घण्टामा एक-एक गोली तातो पानीसँग खानाले खोकी र दम दुवै नाश हुन्छ ।

अथवा- खयर एक भाग, छायामा सुकाएको असुरोको पात दुई भाग, पीपल र त्रिकुटा तीन भाग सबै मिलाई छानी चूर्ण बनाई यो चूर्ण महसँग चाट्नाले या असुरोको रसमा मह मिलाएर चाट्नाले सबै प्रकारको खोकी नाश हुन्छ ।

अथवा- फिटकिरी १० ग्राम, चिनी १०० ग्राम अलग अलग

पिसेर राख्ने, फिटकिरीलाई तावामा राखी तताउने, जब पग्लेर जम्छ तब चिनी पनि पिसेर यी दुवैलाई राम्ररी मिलाएर आधा चम्चाका दरले केही दिनसम्म सेवन गरिरहने।

कफ न आउने खोकीमा - दूधसँग खाने।

कफ आउने खोकीमा - तातोपानीसँग।

खोकी र स्वर बसेको

बोझाको चूर्ण १ औंस, उमालेको पानी १ औंस, दिनको ४ टायम निको न भएसम्म खानु। बोझाको गुण अवर्णनीय छ।

झिँगा, उपियाँ, उडुस, जुम्रा आदि र अरू किटाणुमा समेत धूलो पारी छर्किनाले (छर्नाले) नष्ट हुन्छन्। बोझाको नित्य सेवनले आयु, बुद्धि, कान्ति, निरोगता, वाक्पटुता अर्थात् तिखो बुद्धि, बलसमेत दिनेवाला छ।

अथवा- आवश्यक भएजति सिमालीको रस माटाका भाँडामा पकाउनु, बाक्लो चास्नी जस्तो भएपछि दिशा र वमन पहिला गराएर यो सिमालीको चास्नी १ मासासम्मको भाग गरी ७ दिनसम्म दिनमा २ पटक खायो भने नाक, मुख, कानबाट रोग उत्पत्ति गर्ने कीटाणु निक्लन्छन्। खोकी र क्षय पनि निको हुन्छ। तीन महिनासम्म यसको सेवन गर्‍यो भने वृद्धावस्था हटी दीर्घायु समेत हुन्छ।

यो औषधी सेवन गर्दासम्मन् अन्न त्याग्ने र पानी सके सम्म थोरै प्रयोग गरी दूधको मात्र सेवन-प्रयोग गरेमा अझ धेरै लाभ मिल्दछ।

गलगण्डगाँडको औषधि

त्रिदोष - मांस, रक्त, बोसो, नसा दुषित भयो भने गला (घाँटी)मा

मांसपिण्ड उत्पन्न हुन्छ । यसको औषधि–अपराजिता (स्त्रीको योनीको जस्तो आकार (फूल हुने) को जरो घोटेर घिउमा मिलाएर प्रातः-काल खाली पेटमा १-२ महिनासम्म खानाले र निम्न लेप पनि लगाउनाले अवश्य निको हुन्छ । तिर्खा लाग्दा पाकेको तीतो तुम्बीमा राखेको पानी पिउनु लाभदायक हुन्छ ।

गोमूत्र, तीतो परबल, तीतो करेला, तिखर–रुखो भोजन गर्नु पथ्य हुन्छ ।

गलगण्डको लेप– सर्स्यू १ तोला, सजिउनको बीज, १ तोला, सनपाटको बीज १ तोला यति समान भाग लिई खूब मसिनोगरी पिसी लेप बनाएर लगाउनु ।

गला बसेमा

नौसादर र कुलञ्जन बराबर मिलाएर पिसेर पानमा राखी खानाले गला बसेको खुल्दछ ।

अथवा– कोइरालाको बोक्राको धूलो चौलानी र अदुवाको रस बिहान बेलुकी लगाउने गरेमा कण्ठमाला – (गाँड) बढ्ने रोग निको हुन्छ ।

अथवा– धतुराको पातको रसमा गोकुलधूप पिंधेर लेप बनाई गलगण्डमा लगाउनु ।

अथवा– सर्स्यूको चूर्ण ३ तोला, सजिउनको वियाँको चूर्ण ३ तोला, सन्पाटको बियाँको चूर्ण ३ तोला, आलसको चूर्ण ३ तोला, जौको पीठो ३ तोला, मुलाका वीउको चूर्ण ३ तोला, अमिलो मोही चाहिने जति मिलाएर रगेडी लेप लगाउनाले गाँड निको हुन्छ ।

अथवा– काउछाको जरो घोटेर लाउँदा पनि फाइदा गर्दछ ।

गानु गोलामा

मोही १ मासामा पिपलाको चूर्ण मिलाई खानु, वायु गोला नष्ट हुन्छ।

अथवा- एक चिम्टी जति हिङ गानो गएको बेलामा तातो पानीसँग खानाले गानो गएको ठीक हुन्छ।

अथवा- १ मासा छिउँकेझार सखरमा मिलाएर खानाले गानो गएको आराम हुन्छ।

अथवा- विरेनून, टिमूर र ज्वानो बराबर गरी मिलाएर पिंधी त्यसमा घ्यूकुमारीको लेदो हाली डल्लो बनाई भुङ्ग्रामा घुसारी दिनु, पाकेपछि निकालेर आधा तोलाको गोली बनाउनु, दिनको ३ पटक १-१ गोली तातो पानीसँग खानु, यसले गानो गएको निको हुन्छ।

अथवा- पिपला, विरेनून, सुठो, धनियाँ, मोथे, हर्रो एति सबै चीज सम गरी पिसी कपडाले छान्नु, आवश्यकतामा तातो पानीसँग आधा तोला खानु। गानुगोला, कपट, अरुची, शूल, अजीर्ण र ज्वरोमा पनि लाभ गर्दछ।

अथवा- ज्वानो, विरेनून, जिरा, बराबर पिसेर तातोपानीसँग खानाले गानो जाने रोग ठीक हुन्छ।

अथवा- बेसारको धूलो तातोपानी या दहीसँग खानाले पनि गानु गएकोमा केही समय राहत आउँछ।

अथवा- टिमुरको धूलो र बेसारको धूलो तातोपानीसँग खाए गानु गएको निको हुन्छ।

अथवा- गैंडाको नाभि आइतवार या मंगलवारका दिन हरियो वा कालो नयाँ कपडामा राखी धूप दिई कम्मरमा बाँधे गानु गएको निको हुन्छ।

गिँजाको रोगमा

चरीअमिलीको पातका रसले कुल्ला गऱ्योभने दाँतसम्बन्धी सबै रोग र गिँजा दुख्ने रोग निको हुन्छ।

गेष्टिक (वायु) बढि भएमा

अर्जुनवृक्षको बोक्रा थिची कपडछान गरी पानीमा राखी मन्द आगोमा पकाएर माटाका भाँडामा ढाकी राख्नु र प्रत्येक दिन १ चिया गिलाँसको मात्राले एक महिनासम्म पिउनाले जस्तै गेष्टिक भएपनि आराम हुन्छ।

अथवा- अमला, चित्रक, पिपला, हर्रो, सिधेनून यी सबै बराबर मिलाएर चूर्ण बनाइ राख्नु, तातो पानीसँग नित्य ५ ग्रामका दरले बिहान-बेलुकी सेवन गर्नाले अग्नि प्रदीप्त गराउँदछ, भोक जगाउनुका साथै शरीरमा ताकत र फूर्ति ल्याउँछ। मन्दाग्नी कता हो कता भाग्छ। डकार आउनु, पेट फुल्नु आदि सब समाप्त हुन्छन्।

अथवा- गाई अथवा भैंसीको काँचो दूध एक माना जति खाने गरेमा ग्याष्टिक रोग ठिक हुन्छ।

अथवा- खाली पेटमा चनाको सातुको सर्वत, बिरेनून मिलाएर खाने, काँचो लसुन र पानी बढी खाने, बिहान-बेलुका कागती पानी पिउने गर्ने गरे जस्तै पुरानो ग्याष्टिक पनि ठीक हुन्छ।

अथवा- गाई वा भैंसीको काँचो दूध सके १ माना, न सके आधा माना खाने गरेमा गेष्टिक निको हुन्छ।

अथवा- खाली पेटमा चनाको सातुको सर्वत, विरेनून मिलाएर खाने, काँचो लसुन र पानी बढि खाने, बिहान बेलुका कागती पानी पनि पिउने गर्ने गरे जस्तै पुरानो गेष्टिक पनि ठिक हुन्छ।

अथवा– अविपत्तीकर चूर्ण १/१ चम्चा चिसो पानीसँग खाने गर्नाले ग्याष्ट्रिक रोगमा लाभदायक हुन्छ ।

गोडा पोल्ने रोगमा

नागेश्वरीको फूल टिपेर बाख्रीको दूध मिलाई गोडामा लगाउनाले गोडा पोल्ने रोगमा शीतल गर्दछ ।

गोडा फुटेकोमा

बरको दूध र मैन पगालेर फुटेको ठाउँमा हालिदिनु फुटेको गोडा ठीक हुन्छ । गोडा फुटेको सञ्चो भएपछि केही खस्रो ढुङ्गामा गोडा (कुर्कुच्चो) घोट्ने पनि गर्नुपर्छ नि!

घाउ खटिरामा

निमको (रुखको) पात, बोक्रा, फल सबैथोक उपयोगी छ, मुख्य गुण बोक्रामा पाइन्छ-रहन्छ, यो तागतमा र ज्वरोमा विशेष लाभदायक छ । बोक्रा र पातको झोल पकाएर प्रयोग गर्नाले जुनसुकै घाउ खटिरामा पनि फाइदाजनक छ ।

घाउमा मासु न भरिएमा

नीमको पात, तिल र मुलेठी खूब मसिनो गरी पिस्नु र मह र घ्यू (विसम भाग) मा फेटेर घाउमा केही दिनसम्म लगाउनाले मासु भरिन्छ ।

घाँटी दुखेमा

सुकेको सिमलीको पात धूलो पारी तमाखु खानु, घाँटीसम्बन्धी रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सुकेको करेला कागतीको रसमा पिनेर घाँटी सुन्निएको ठाउँमा लगाउनाले घाँटी सुन्निएको ठीक हुन्छ ।

अथवा- सुकेको सिमलीको पातको काँढामा १ मासा पिपला र श्रीखण्डको धूलो मिलाएर पियो भने घाँटीसम्बन्धी रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- फिट्किरी चूर्ण ३ मासा र पानी १५ तोला, ल्वाङ ३ मासा, पानी १ माना मिलाएर १५ मिनेट जति पकाउनु, पछिबाट २ मासा जति फिट्किरीको चूर्ण ले रगेडी कुल्ला गर्नु घाँटी दुख्ने रोग निको हुन्छ ।

घोडटाप्रेको गुण

यो शीतल हुन्छ । बुद्धि, स्मरणशक्ति र आयु बढाउँछ, स्वर खोल्दछ, स्वर हलुका हुन्छ । सबैरै उठी स्नान गरी घोडताप्रेका पात ३ वटा ल्याई गाईको ताजा घिउका साथमा ३ महिनासम्म (प्रत्येक दिन) खानाले कस्तै मूर्ख भए पनि बुद्धिमान्, लाटो भए बोल्न सक्ने हुन्छ । घोडटाप्रेका पात ल्याई खलमा कुट्नु र रस निकाल्नु, ४ माना रस असल गाईको घ्यू २ माना मिसाई पकाउनु, पानी सुकेपछि झिकी (उतारी) सेलाउनु । काठको या माटाको सफा भाँडामा राख्नु । बिहान सबैरै खाली पेटमा २ तोलाका दरले सो घिउ नित्य खानु । बुद्धि, आँखाको तेज, तागत, स्मरणशक्ति बढाई मगज ठण्डा गर्दछ । विद्यार्थीलाई विशेष फाइदा गर्दछ । औषधी सेवन कालमा सात्त्विक भोजन गर्नु अति आवश्यक छ ।

चर्मरोगमा

छालाको रोग छ भने बेसारलाई तिलको तेलमा पकाएर मालिश गर्नाले चर्मरोग ठिक हुन्छ ।

चिलाउने रोगमा

२–३ ग्राम शुद्ध गन्धक, केराभित्र राखेर या महमा फेटी दिनदिनै खानु । कपूर मिसाएको वा मिसाएर नरिवलको तेल लगाएर घाममा केही बेर बस्नु । अनि बिहान–बेलुकी नीम पत्ता पानीले नुहाउनु लाभ गर्दछ ।

अथवा - १ तोला कागतीको रसमा २ तोला नरिवलको तेल मिलाई शरीरमा मालिस गर्ने र तातो पानीले नुहाउनु, चिलाउने रोग नष्ट हुन्छ ।

चोटपटकको घाउमा

चोट लागेको ठाउँमा वरको दूध लगाउनु दुख्न कम हुन्छ । गोडा फुटेको ठाउँमा, गलेनीमा, हरिनाठ आदि ठाउँमा वरको चोप भरिदिनु, केही दिनमैं निको हुन्छ ।

अथवा- चिसो पानीको धारा दिनु । मह, तेल (विषम भाग) रुवामा भिजाएर घाउमा लगाइदिनु ।

चोटपटकबाट रक्तश्राव भएमा

रोहिणीको बोक्राको रस, मिहालको दाना या बोक्रा र धमिराको गुँडको माटो मिलाई पिसी छानी सिसाको गिलाँसको आधागिलाँस जति खाएमा रक्तश्राव बन्द हुन्छ ।

अथवा- शिरमा चिसो पारेको रुमाल राखिराख्ने र पाती र अजम्बरीझार पिसेर सोको रस नाकबाट तान्ने र केही तालुमा लगाउनाले । पाइन्छ भने शुद्ध राम्रो घिउ तताई सहन सक्ने तातो घिउ खान दिनु, फाइदा गर्दछ ।

छाती पोलेमा

६ मासा दूबो पिंधेर मिश्री मिलाई पिउनाले हृदयको जलन शान्त हुन्छ। तर सधैं खाइरहने चीज भने होइन।

छोप्ने ब्यथा (छारे रोग) मा

२ तोला कागतीको रस र आँकको पातको रस २ तोला मिलाएर नाकमा पचका हान्यो भने छोप्ने ब्यथा ठिक हुन जान्छ।

अथवा- ६ मासा जति बकाइनाको पातको काढा पकाएर खाने गरेमा छोप्ने ब्यथा नष्ट गरिदिन्छ।

छोरा नभएर छोरी मात्र भएमा

रजस्वला भएको चार दिन पछि कागतीको जराको एक तोला रसमा आधा माना चौलानी मिलाएर पिलाउने, तीनपछि यो औषधी ख्वाएपछि (समरात्री अर्थात् ८ औं दिनमा सम्भोग गर्नु छोरो पैदा हुन्छ[1]।

जलोदर रोगमा

घिउ कुमारीको गुदी साढे २ सेर, कालो मुनक्का साढे २ सेर,

---

१. यस अतिरिक्त पुत्र प्राप्तिको लागि शुक्राणु अधिक र (जीवित अवस्था) स्वस्थ भएमा छोरो र रजको अधिक हुन जाँदामा छोरी जन्मन सक्ने भएकोले पुत्रार्थीले वीर्य एवं शुक्राणुवर्धक औषधीहरू प्रशस्तरूपमा सेवन गर्नुका साथै रजस्वला भएको ६, ८, १०, १२, १४ या १६ औं दिनको रात्रीमा संभोग गरे छोरो र विषम रात्री अर्थात् ७, ९, ११, १३ वा १५ औं दिनको रात्रीमा संसर्ग भए छोरी हुनसक्दछ। यसका लागि अरू थुप्रै कुराहरू पनि जान्नुपर्ने हुन्छ, जुन कुरा दोश्रोभागमा प्रस्तुत गर्नेछौं। सम्पादक

नौसादर आधा सेर, फुराएको हिङ आधा सेर, जल आधा सेर र विरेनून मिलाएर १५ दिनसम्म साढे २ तोलाको मात्रा गरी बिहान बेलुकी २ टायम दिनको ५ तोलाको दरले खान दिनु, फाइदा गर्दछ । रोगीको बलावल विचार गरी आवश्यक परेमा दस्त पनि गराउनु पर्दछ ।

पथ्य- दूध, मोही, फलको रस, अवस्था हेरेर विचार गरी दिनुपर्दछ; लगभग डेढ महिनामा सञ्चो लाग्दछ, नून खान दिनुहुँदैन ।

अथवा- शरपूंख (सरपोका) को पात, जरो, बोक्रा इन्द्रेणीको पात-जरो-बोक्रा, करीलको पात, जरो-बोक्रा, यी सबैलाई समभाग गरी कुटी छानी मन्द आगोमा पकाउनु । जब गाढा (खोटो) बन्दछ, तब बिहान, बेलुकी, दिउँसो गरी १ पाउको मात्रा गरी १५-२० दिनसम्म खानाले निको हुन्छ ।

जनै खटिरो भएमा

चित्रकारद्वारा सिंहको आकार (दुवैतिरको घाउमा नजोडिने गरी माझमा) बनाउन लगाउनु, खटिरामा चाहिं सेतो दूबो खूब मसिनो गरी पिंधी लगाइदिनु फाइदा गर्दछ ।

जुका परेमा

१ तोला सुन्तलाको बोक्राको काँढामा १ लाल हिंङ मिसी खानाले पेटका जुका नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- १ तोला विमिराको बोक्राको काढा बनाई पिउनु, जुका-चुर्ना नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको बियाँको धूलो बनाई पानीसँग खानाले पनि जुका नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- बकाइनाको गेडा ५-६ ओटा पानीमा फेटेर खाली पेटमा खानाले जुका चुर्ना नष्ट हुन्छन् - मर्दछन् ।

अथवा- तुलसीको रस ३ मासा देखि १ तोलासम्म मनतातो गरी पिउनाले बच्चाको पेटको जुका मर्दछन् ।

अथवा- १ तोला तुलसीको रस मनतातो पारेर त्यसमा मरीचको धूलो ३ रत्ती र कालीकाठ (वायुविडङ्ग) को दाना ३ लाल मिलाएर सेवन गर्नाले जुका मर्दछन् ।

अथवा - निमको पात, बोक्रा कुटेर त्यसको रस खानाले जुका चुर्ना मर्दछन् ।

जुम्रा चंजुम्रा नाश गर्नमा

१ सेर तिलको तेलमा धतुराको दाना २५० ग्राम हालेर पकाएको तेल सिसीमा छानेर राख्नु, आवश्यकतामा कपालमा दल्नु, जुम्रा चंजुम्रा मर्दछन् ।

जोर्नी दुखेमा

अदुवाका रसमा तिलको तेल पकाई मालिस गर्नाले सन्धी-बाथको पीडा, अङ्ग प्रत्यङ्ग जोर्नी दुखेको फाइदा गर्दछ ।

अथवा- ६ मासा धनियाँको गेडाको धूलोमा दशमासा सखर मिलाएर लगाउनाले गर्मीबाट दुखेको जोर्नी दुखाइ ठिक हुन्छ ।

अथवा- नागेश्वरीको गेडाको तेल लगाउने गरेमा जोर्नी बाथ ठिक हुन्छ ।

ज्वरो आएमा

सिमलीको पातको धूलो २ मासा र सिमलीकै पञ्चाङ्गको चटनी

वा काढा बनाएर सेवन गर्नाले एकुन्द्रो (पालो गरी आउने) ज्वरो, सुतिका, वायु बिग्री आउने ज्वरो नष्ट हुन्छ । यसैको काढा र ६ मासा सिमलीको फूलको धूलो, ६ मासा हर्रो, ३ तोला गाईको गहुँत मिलाई खानाले कलेजाको रोग नष्ट हुन्छ, पिशाव सफा गर्छ ।

अथवा- ज्वरो आएको २/३ दिन भैसकेको छ भने पिपलको डाँठले दतिवन गर्नु ज्वरो बढ्न पाउँदैन ।

अथवा- अमिलाको पातको रस खाने गरेमा ज्वरो र पिशाव पोल्ने दुवै ठिक हुन्छ ।

अथवा- सुन्तलाको बीजमा मिश्री मिलाई तताई खानाले ज्वरो र खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रस, अदुवाको रस, सिधेनून यति ३ थोक बराबरी गरी मनतातो पारी लगाउनु, नसजस्तो सुँघ्नु, छिउँका आउँछ, कफ निस्कन्छ र कपाल दुखेको पनि निको हुन्छ ।

अथवा- १ तोला तुलसीको पातमा १ माना पानी मिलाएर कपडाले छानेर काँढा बनाउनु र अन्दाजी ५/६ तोला बाँकी रहेपछि निकाल्नु र पिउनु साधारण ज्वरो नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको सर्वत पिउनाले प्यास र ज्वराको वेग कम हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको हरियो पात, दश तोला मरीच, १ तोला पिपला, १ तोला जाइफल, सबैलाई कुटेर चूर्ण बनाउने र एक गेडा ठूलो चना जतिको गोली बनाउने र छायाँमा सुकाउने र १-१ गोली दिनमा ३ पटक तातो पानीसँग खानाले औलाको ज्वरो पनि नष्ट हुन्छ । (बच्चालाई मात्रा कम गर्नु) ।

अथवा- ४/५ ओटो कागती तास्नु, गेडा फ्याँकी दगल्च्याई

माटाको भाँडामा राखेर १ माना तातो पानी हालिदिनु, मनतातो भएपछि १ पाउ मिश्री या चिनी मिसाई मिचेर छानी पिउनु, यसले ज्वराको गर्मीलाई हटाउँछ, ज्वरो समेत निको पार्दछ ।

अथवा- आफ्नो नाकको जुन प्वाल बढि खुला छ त्यस प्वालमा रुवा राखेर अर्को नाकको प्वालबाट श्वास फेर्न कोशिस गर्ने । यस्तो अवस्थामा भित्र मनले सेतो वस्तुको संझना गरिरहने, यसो गरेमा दश-एघार दिनसम्म आइरहने ज्वरो छ भने ४-५ दिनमैं विसेक हुन्छ । ज्वरो पूरा न उत्रिञ्जेल खुलेको नाकको प्वालमा राखिएको रुवा निकाल्नुभनेहुँदैन ।

अथवा- ज्वरोको कारणले पेटमा ज्यादा औडाहा (गरम) भयो भने सेतो चन्दन घोटी करीब २० ग्राम जति नाभीमा लगाइदिनु, सबै शरीरमा जलन भएको छ भने नाइटोमा खुट्टा नभएको काँसको कटौरा राखी अरू कसैले करीब १ हात माथिबाट जलधारा दिनु । करिव १०-१२ मिनेटमा नै जलन कम हुनुका साथै ज्वरोबाट राहत मिल्दछ ।

अथवा- सधैं आइरहने ज्वरो छ भने १ तोला निमको बोक्रा तीन चौथाई पानीमा हालेर पकाउने र तीन तोला बाँकी रहेपछि झिक्ने र रोगीलाई ख्वाउनु ज्वरो ठिक हुन्छ ।

अथवा- पारिजातको दाना, बोक्रा या पात, घोडटाप्रे (ब्राह्मी) को पात, भृंगीराज, चरीअमिली, अविजालो एति सबै थिचेर आधा गिलाँस जति ख्वाइदिएमा जुनसुकै प्रकारको ज्वरोमा पनि फाइदा गर्दछ ।

ज्वरनाशक योग

गुर्जो, धनियाँ, निमको बोक्रा, रुद्राक्ष, लालचंदन सबैको आधा

आधा तोला लिएर काँढा बनाएर पिउनू । यसले सबै प्रकारको ज्वर निश्चय शान्त हुन्छ । यदि यसको अर्क बनायो भने झन् बेश हुन्छ, धेरै दिनसम्म काम दिन्छ । जुन औषधीको अर्क बनाउनु छ त्यसलाई २४ घण्टासम्म तीन गुणा पानीमा भाटाको भाँडामा भिजाएर राख्नुपर्छ र वक यंत्रले अर्क झिक्नुपर्छ । जति औषधी छ त्यति नै परिमाणमा निकालिएको अर्क प्रथम श्रेणीको हुन्छ । त्यस अर्कमा धेरै गुण हुन्छ ।

खपडको चिराइतो

चिराइतोको सुखा धूलो एक तोला, बच (बोझो) को धूलो एक मासा पानीमा पकाएर दुई मुठी बाँकी भएपछि छानेर पिउनाले सबै प्रकारको ज्वरोलाई फाइदा गर्छ, औषधी परीक्षित छ । यदि यसको पनि अर्क बनायो भने झन् बेश हुन्छ ।

हुताशन रस

सुठो एक तोला, शुद्ध सुहाग २ तोला, मरीच १$\frac{१}{२}$ तोला, कौडी भष्म १ तोला, शुद्ध मीठाविष ३ मासा सबै लाई मसिनो गरी पिनेर शिशीमा राख्नू । मात्रा एक एक लाल । सबै प्रकारको ज्वरोलाई नाश गर्दछ । सुदर्शनचूर्णले सबै प्रकारको ज्वर प्रकारको ज्वर शान्त हुन्छ ।

झाडा-बान्ता-हैजामा

हैजा फैलिने अवस्थामा प्रतिदिन २ वटा कागती खानासँग खानाले हैजाको डर हुँदैन ।

अथवा- कपूर १ तोला, ज्वानो डेडपाउ, कुटेर कागतीको रसमा

मुछेर मरीच जत्रो गोली बनाई १-१ गोली १-१ घण्टामा तातोपानीसँग खानदिनु हैजा निको हुन्छ।

अथवा- गाईको मोही पिउनाले हैजा आउँदैन।

अथवा- हैजा भएर प्राणान्तै पारेको छ यद्वा मर्ने नै भयो भन्ने टुङ्गोमा पुगेको छ भने १ माना जति अमिलिएको दही र चार मुठी जति जिरेखुर्सानी पिसी दहिमा मिलाई खान दिनु। यसरी २-३ पटक खाए मात्र पनि हैजा लखेटिन्छ।

अथवा- हैजा लागेको व्यक्तिलाई ज्वानो र कपूर खान दिएमा हैजा निको हुन्छ।

अथवा- प्याजको रस निकालेर ख्वाउनु, झाडा-बान्ता लागेको ठिक हुन्छ।

अथवा- प्याजको रस र अदुवाको रस बराबर मिलाएर १-२ घण्टा बिराएर ३/४ चम्चा खुवाउने गरेमा हैजा ठिक हुन्छ।

अथवा- १ मासा फिट्किरी, १ ग्राम स्वाग, १० ग्राम जति घोडटाप्रेको रस, १ तोला जति कुमालकुटीको माटो मिलाई पिसेर, छानेर पानीमा घोलेर एकछिन राख्नु त्यसपछि सो पानी पिउनु, धेरै फाइदा गर्दछ। थिइरो खाने त होइन नि !

टन्सिल बढेमा

नूनपानीले बिहान बेलुका कुल्ला गर्ने र सिलाजित घोटेर लगाउने गरेमा टन्सिल रोग ठीक हुन्छ।

टाउको दुख्ने रोगमा

टाउको दुखेको बेलामा दुवै हातका पाखुरामा कपडा वा कमलो

डोरीले अलि अलि दुख्ने गरी राम्रोसँग बाँध्ने, यसरी बाँधेको ५/७ मिनेट पछि जब टाउको दुख्न कम भएको हुन्छ, तब बन्धन फुकाइदिने ।

अथवा- मिश्री १५ ग्राम, कागती या शंखत्रको अमिलो ५ ग्राम राखी पकाएर चाट्नाले टाउको दुखेकोमा राहत मिल्दछ ।

अथवा- बकाइनाको गेडा र पात पिसेर टाउकोमा लेप गर्नाले जस्तै पुरानो टाउको दुख्ने भएपनि ठिक हुन्छ ।

अथवा- कलमी सोडा, मरीच समभाग पिसेर १/२ चम्चा तातो पानीसँग खाने गर्नाले टाउको दुखेको आराम हुन्छ ।

तागत बढाउनमा

६ मासा गोरखमुण्डी (गोरखपान) को बीउ पिंधी बराबर मिश्री मिलाएर प्रतिदिन दूधसित खानाले अत्यन्त तागत बढ्छ र मनुष्य दीर्घायु पनि हुन्छ । यसको हलुवा बनाई धेरै महिनासम्म सेवन गरिरहे मनुष्यको कामशक्ति एकदम बढ्दछ, स्तम्भनशक्ति प्राप्त हुन्छ, यौवन स्थिर रहन्छ र कपाल कहिल्यै फुल्दैन ।

अथवा- मासको छाटाको पीठो घिउमा भुट्नु र त्यसमा मिश्री मिलाई २ तोलाको लड्डु बनाई बिहान बेलुका दूधसँग ४० दिनसम्म खानाले ताकत बढ्दछ, हृष्टपुष्ट समेत भइन्छ । औषधी प्रयोग कालमा पीरो अमिलो परहेज गर्नु ।

तितेपातीको गुण

वायुसम्बन्धी वात रोग, कफ, पित्त, वाथ, ठण्डी, रुघा, खोकी, शरीर - अंग प्रत्यङ्ग गनाउने, रक्तातिसार, मधुमेह, टी. बी. रोगमा समेत अनुपान मिलाई प्रयोग गर्नाले लाभ गर्दछ ।

त्वचाको रोग

मुखमा कालो दाग हुन्छ, अधिक चिन्ता, शोक या परिश्रम गर्नाले मुखमा कम उमेरमा नै कालो या रातो दाग जस्तो हुन थाल्दछ। प्रायः यो यकृत् या पेटको खराबीले हुन्छ। अधिक घाममा घुम्ने या अतिमैथुन आदिले पनि मनुष्यको चेहरा कालो, मैलो, दाग भएको हुन्छ। यी कारणहरूलाई त्यागेर यकृत् आदिको औषधि गर्नुपर्छ र मुखमा कुनै किसिमको बुकुवा लगाउनुपर्छ।

आँकको दूधमा हलेदो पिनेर लगाउनाले गालामा आएका साना साना फोकाहरू ठीक हुन्छन्।

अथवा- कडुवा तेल २१ दिनसम्म नस लिनाले गालामा आएका साना साना फोकाहरू ठीक हुन्छन्।

अथवा- बरको कोपिला र मुसुरो दुवै गाईको दूधमा पिनेर केही कपूर र घिउ मिलाई मुखमा लगाऊनू। एक महीनामा दाग ठीक हुन्छ।

अथवा- भँगेराको बिस्टा सुकाएर पहेंलो सर्स्यूँमा मिलाई मुखमा मल्नाले पनि मुखको दाग हट्दछ।

अथवा- चामल, जौ, चना, मसुर, मटर समभाग, हलेदो आधा भाग लिएर मसिनो गरी पिनी बुकुवा जस्तो बनाएर मुखमा लगाउनाले मुख एकदम सफा हुन्छ।

थुनिलो भएमा

पाकेको फर्सीको भेट्नु पानीमा घोटेर अलि अलि तताएर लगाउनाले थुनिलो नष्ट हुन्छ।

अथवा- अरिंडको पात २ पाउ ल्याई २ पाथी पानीमा पकाउनु, पाकेपछि झिकेर छान्नु र स्त्रीलाई उत्तानो सुताई यो पानी छाती(स्तन)मा १०-१५ मिनेटसम्म धारा दिइ राख्नु, अनि अरिंडको तेलले मालिस गर्नु । अघि पकाइएको पात मसिनो गरी पिंधेर पुल्टिस स्तनमा बाँधिदिनु । गाँठो फुटेर दूधको प्रवाह ठिक आउँछ । यसमा अरिंडका पानीले सेके पनि हुन्छ । दूध टन्किएर रुँदै बस्नु पर्दैन ।

अथवा- अमलाको हाँगाको मुन्टा पानीमा घोटेर लाए पनि हुन्छ ।

अथवा- थुनिलो भएर थुन गानिएर असाध्य वेदना भएको छ भने १ मासा नौसादर दिनको ३ पटक खान दिनाले र नौसादरको मलम थुनमा लगाउने गर्नाले पनि थुनेलो निको हुन्छ ।

दम या श्वासरोगमा

दम र हिक्का भयानक रोग हुन् । यसको चिकित्सा सावधानीपूर्वक गराउनुपर्छ । रोग भएपछि रोगीलाई सावधानीसँग बस्न लाउनु । थोरै सिधेनून मसिनो गरी पिनी गाईको घिउमा मिलाई रोगीको छातीदेखि गलासम्म मालिस गर्नु । यसबाट श्वास, दमको ज्वरो छिटै घट्दछ ।

अथवा- आँकको जरो ३ तोला, अजवायन ३ तोला, गुड ५ तोला सबै पिनेर बयरको जत्रो गोली बनाउनु, बिहान बेलुका २-२ गोली खानाले दम ठीक हुन्छ ।

अथवा- थोहर (सिउँडी) को मोटो डण्डा ल्याएर त्यसमा प्वाल बनाई एक छटाक फिटकिरी भर्नु र पोल्नु, सेलाएपछि फिटकिरी झिकी २ लाल पानमा राखी नित्य खानु, २० दिनमा दम ठीक हुन्छ ।

अथवा- आँकको पहेंलो पात (आफैं झरेको) एक सेर लिएर एक तोला चून र एक तोला सिधेनून पानी सँगै पिनेर ती पातको दुवैतर्फ लेपन गरी छायामा सुकाउनु। फेरि ती पातहरूलाई एक हाँडीमा राखेर हण्डीको मुख बन्द गरी ३ घण्टासम्म पकाउनु, सेलाएपछि हण्डीबाट भस्म झिक्नु । एक लालको मात्रा गरी पानसँग नित्य खानु दम ठीक हुन्छ ।

अथवा- भुटेको आलस (अलसी) ३ तोला, मरीच १ तोला दुवै पिनेर राख्नु । बिहान-बेलुका नित्य ६ मासा चूर्ण १॥ तोला महसाथ खानु । छाती र गलाको कफ हट्छ र दम ठीक हुन्छ ।

अथवा- अपामार्गको क्षार २ लाल, एक मासा महमा मिलाएर अथवा थोहर (सिउँडी) को क्षार २ लाल या सूर्तीको क्षार २ लाल या आँकको क्षार २ लाल, १ मासा महमा मिलाएर खानाले छातीको कफ हट्छ र दम ठीक हुन्छ । अपामार्ग आदि जुन वस्तुको पनि क्षार निकाल्न पऱ्यो भने सबै सुकाएर आगो लगाउनु । खरानी बटुली एक भाँडामा राखी राती भिजाइदिनु, बिहान भाँडाबाट सफा जल निकालेर आगोमा राख्नु, जब पानी एकदम सुक्दछ अनि भाँडो उतारी त्यसमा रहेको क्षार निकाल्नु । यसरी हरेक वस्तुको क्षार बन्दछ ।

अथवा- गोरखमुण्डीको रस एक पाउ, असुराको, पातको रस एक पाउ, चिनी आधा सेर, पानी एक सेर सबै मिलाई पकाउनु जब एक सेर जल बाँकी रहन्छ उततारेर छानी शीशीमा भरेर राख्नु । यसबाट दुई दुई तोला सधैं बिहान बेलुका सेवन गर्नाले खोकी ठीक हुन्छ ।

अथवा- मुण्डीको पञ्चाङ्ग सुकाएर मिश्री र घिउ समभाग मिलाएर राख्नु । नित्य ६-६ मासा बिहान-बेलुका गाईको दूधसँग सेवन गर्नाले दम रोग नाश हुनुका साथै नेत्रदृष्टि पनि बढ्दछ ।

अथवा- धनियाँ र मिश्री चौलानीसाथ पिनेर थोरै पानीमा छानेर बालकहरूलाई पियाउनु खोकी र दम ठीक हुन्छ ।

अथवा- बनफसाको फूल ६ मासा, जेठीमधु ४ मासा, आलस ४ मासा, मिश्री एक तोला सबैलाई पिनेर एक पाउ पानीमा माटाको भाँडामा पकाएर आधा पानी बाँकी भएपछि छानेर बिहान-बेलुका पिउनु, दम र खोकी निश्चय ठीक हुन्छ । यो जवान पुरुषको मात्रा हो; बालकलाई चौथाई भाग दिनु ।

मह ६ मासा, मरीचको धूलो १॥ मासा, हलेदाको धूलो १॥ मासा, मिश्री ३ मासा, मिलाई दिनको २ पटक खानाले दम र पेट फुलेकोमा छिटो आराम मिल्दछ ।

अथवा- मह मिलाएर जौको खाजा खानाले पनि दमबाट राहत मिल्दछ ।

अथवा- बर्रो मुखमा लिई थोरै-थोरै चबाई रस निकाली खायो भने खोकी र दम दोहोलो हुन सक्छ ।

यसमा वायु कुपित हुनु नै मुख्य कारण हो । यो छातीको कफ सुक्नाले हुन्छ । कफलाई पातलो गरी निकाल्नु नै यसको उत्तम उपाय हो । पिपला, जाइफल, काकडसिंगी बराबर भाग लिएर मसिनो चूर्ण बनाएर ६ लाल चूर्ण महमा मिलाएर बिहान-बेलुका खानुपर्छ ।

अथवा- अदुवाकै रसमा मह मिलाएर खानुपर्छ । श्वास, खोकी आदिमा अत्यन्त लाभदायक छ । यदि त्यसमा कस्तूरी मिलाई दिने हो भने अझ वेश हुन्छ ।

अथवा- सुठोलाई तावामा आधा भुटेर (पूरा मात्रा न भुट्नु) मसिनो गरी पिनेर छातीमा मल्नाले पनि श्वासलाई फाइदा गर्छ ।

अथवा- धुवाँ नभएको आगोमा मुजुरको प्वाँख डढाएर त्यसको

खरानी २ लाल, पिप्ला चूर्ण २ लाल महमा मिलाएर चाट्नाले पनि श्वासलाई फाइदा गर्छ । औषधी अनुभूत छ ।

अथवा- अदुवाको रसमा मह मिलाई केही दिन खानाले खोकी र दमको बेथा निको हुन्छ ।

अथवा- असुराको काँढामा मह मिलाई खाएमा दम टाढै भाग्दछ । काँढा पिएपछि तुरुन्त कुल्ला गर्नु हुँदैन ।

अथवा- पिपलको बोक्राको धूलो या खयरलाई धूलो बनाई अथवा मयूरको प्वाँखको भस्म महमा फेटी खानाले श्वास फेर्न सजिलो हुन्छ र रोग हट्दै जान्छ । परहेज रहनु, आलु कत्ति न खानु ।

अथवा- ल्वाङ २ वटा, पिपला २० वटा, जाइफल सानो २ वटा, मरीच १ चम्चा, सुठोको धूलो १ चंचा, कल्पी मिश्री ४ चम्चा यी सबै मिलाएर खलमा कुटेर धूलो पार्नु र सफा सिसीमा हालेर राख्नु । बिहान बेलुका आधा-आधा चम्चाको दरले मनतातो पानीसँग खाने गरेमा जस्तै पुरानो दम भए पनि ठीक हुन्छ ।

अथवा- अदुवाको रस र जेठीमधु मिसाएर खाने गरेमा दमको रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- धतुराको पात र बीउको धुम्रपान गर्नाले दमको रोगीलाई केही लाभ पुऱ्याउँदछ ।

अथवा- सिमलीको पात कुटेर त्यसको रस दिनको १ गिलाँस खाने गरेमा दम खोकी दुबै नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ मासा आँकको फूल, १ मासा सिधेनून, ३ लाल अफिम, ६ मासा ज्वानो सबै मिलाएर पिस्ने र सानो केराउ जत्रो गोली बनाई ४-४ घण्टामा १-१ गोली तातोपानीसँग खानाले दम र खोकी दुवै नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ तोला कपूर, १ तोला असली हिङ फुराएको मिलाएर चार लालको गोली बनाउनु र दमले आक्रमण गरेको बेलामा ३-४ घण्टाको फरक पारी रोगीलाई १ माना वा ५ मुठी मनतातो पानीसँग खान दिनाले जस्तै पुरानो दम पनि ठीक हुन्छ ।

दालचिनीको गुण

बाक्लो भन्दा पातलो बोक्रो असल हुन्छ । अजीर्ण, अग्निमन्द, पखाला, आउँ र ज्वरोसमेतमा समेतमा उपयोगी हुन्छ ।

दालचिनी ३ मासा, हर्रो १ मासा, ३ मासा पानीमा उमाली पकाउनु, छानेर १ मात्रका दरले खानु दिशा कब्जियत खलाँस गर्दछ ।

दालचिनी कुटेको चूर्ण ३ मासा, रातो खयर ९ मासा उमालेको पानी आधा माना मिलाएर २ घण्टासंम राखिरहनु, २ घण्टाजति बितेपछि दिनको ३ पटक २ चम्चाका दरले खानु पखाला लागेको सञ्चो हुन्छ ।

सूठो चूर्ण ५ लाल, दालचिनीको चूर्ण ५ लाल मिलाई बराबर पारी दिनको २ पटक तातो पानीसँग (खाना खानुभन्दा पहिले) खानु, अजीर्ण-पेट ढाडिएको निको हुन्छ ।

दाँतको रोगमा

दिनमा जति पटक दिशा या पिसाब गरिन्छ, त्यति नै पल्ट दिशा-पिसाब न निखिउञ्जेल दुवै दाँतलाई टम्म मिलाएर दहरोसँग कस्ने, यसो गर्दा कमजोर दाँत दहरो हुनाका साथै दाँतमा कुनै पनि रोगहरू लाग्दैन । वृद्ध अवस्था भई दाँत हल्लिन लागिसकेको छ भनेतयो उपाय कामयाब न हुन पनि सक्छ ।

अथवा- १ गिलाँस पानीमा २-३ मासा फिटकिरी पगालेर कुल्ला गर्ने र तुलसीको पात चबाएर कुल्ला गर्ने गरेमा दाँतको हर्षा ठीक हुन सक्छ ।

अथवा- मेथी भिजाएर त्यो पानीले बिहान बेलुका कुल्ला गर्ने गरेमा दाँत दुख्ने रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- मरीचको धूलो र कागतीको रस पानीमा मिलाएर कुल्ला गर्ने गरेमा दाँत दुख्ने रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- सिमलीको जरा पिंधी वा कुटी धूलो बनाएर फिट्किरी मिलाएर दाँत माझने गर्नाले दाँतका सबै रोगहरू भाग्छन् ।

अथवा- धयँराको फूल, कोइरालाको बोक्रा सुकाएर कुट्नु-पिस्नु, छानेर त्यसमा फिट्किरी पनि पिसेर मिलाउनु, अनि दैनिक यो दन्तमञ्जनले माझनाले दाँतका रोगहरू नष्ट हुन्छन्, दाँत टलक्क टल्किने चम्किलो हुनुका साथै वृद्धावस्थामा दाँत फुक्लिएर दुःख पनि दिंदैन ।

अथवा- कोइरालाको बोक्रा सुकाई कुटेर धुलो पारेर फिटकिरी मिलाएर दाँत माझ्ने गरेमा दाँतको तमाम रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सिधेनून र बेसार, तोरीको तेल मिलाएर दाँत माझने गर्नाले दाँत हल्लिनेमा समेत नियन्त्रण गर्दछ ।

अथवा- दाँत किराले खाएर दुखेको छ भने जुन दाँतमा किराले खाएको छ त्यही दाँतले २/३ वटा ल्वाङ्को फुली चपाइदिनु दाँत दुख्न बन्द हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको पात र चमेलीको पात मिलाएर चपाउनाले दाँतका रोग, गिँजा दुख्ने, मुखको दुर्गन्ध, जिभ्राको रोग र ओँठका रोगहरू पनि नष्ट हुन्छन् ।

दाँतको कीरा झार्ने औषधि

तुलसीको रसमा कपूर मिलाएर रुवोमा भिजाइ दाँतमा राख्नाले दाँतका कीराहरू मर्दछन् ।

अथवा- मरीच र कागतीको रसमा पानी मिलाई तताएर कुल्ला गर्नाले दन्त पीडा कम हुनुका साथै कीरा पनि झर्न सक्छ ।

अथवा- दाँतको छिद्रामा कपूरको टुक्रा राख्नाले दाँतको पीडा र दाँतको कीरा नष्ट हुन्छ ।

अथवा- हर्रोको चूर्णमा मह मिलाई एकछिन तामाका भाँडामा राखिदिनु, अनि गोली बनाई कीराले खाएको दाँतमा राखी अर्को दाताँले च्यापेर राख्नाले दाँतका सब कीराहरू मर्दछन् ।

अथवा- स्यूँडीको जरोको धूलो दाँतमा राख्नाले कीराहरू झर्दछन् ।

अथवा- रातीगेडीको जरो ल्याई कानमा बाँधे पनि कीरा झर्दछन् ।

अथवा- फुराएको हिङ दाँतमा राख्नु; कीरा मर्न सक्दछन् वा दाँतको असह्य पीडा आराम हुन्छ ।

दादको औषधी

माजुफलको चूर्ण ८० ग्राम, अमिलीको बोक्राको धूलो १० ग्राम, कपूर ५ ग्राम, नरिवलको तेलमा मिलाएर लगाउनु ।

अथवा- बेसारलाई तिलको तेलमा पकाएर मालिस गर्नाले दाद ठिक हुन सक्दछ ।

अथवा- तुलसीको पात दल्ने गरेमा पनि दाद हराउन सक्दछ ।

अथवा- अमला, स्यूँडीको दुध, सालधूप, घोडटाप्रे, गन्धक यी

५ थोक अमिलो मोहीमा पिंधेर लेप लगाउनाले दाद, सुकेलुतो निको हुन्छ ।

अथवा- नरिवलको बोक्रा पोलेर खरानी पार्ने र त्यो खरानीको धुलो अरँणको तेलमा मिलाएर दाद आएको ठाउँमा लगाउनाले दाद हराएर जान्छ ।

अथवा- मनशिला, सालधूप, मरीच, तिल, तोरीको तेल, आँकको दूध यी पाँच थोक पिनेर आवश्यकतामा दादमा लेप लाउनु, दादमा लाभ गर्दछ ।

अथवा- लेक पाङ्ग्रो, टाप्रे, कुट् यी ३ थोक गउँतमा पिंधेर दादमा माशिल गर्दै लेप लाउनु ।

अथवा- वायुविडङ्ग, टाप्रे, कूट, हलेदो, सिधेनून, सर्स्यूँ यी ६ थोक कागतीका रसमा पिंधेर दादमा लगाउनु ।

अथवा- सेतो दूबो, हर्रो, सिधेनून, टाप्रे, वनतुलसी यी सबै एकत्र गरी अमिलो मोहीमा पिसेर लेप लगाउनु, यसरी ४-५ दिनसम्म दिनको ६-७ पटक लगाउनाले दाद निको हुन्छ ।

अथवा- दादलाई खूब कन्याएर पहाडिया कागती दल्ने गर्नु, दाद निको हुन्छ । (चहन्यायो भने दादलाई बज्र खाइस्! भन्नु) ।

अथवा- मूलाको बीउलाई कागतीको रसमा पिसी दादमा लगाउनु, दाद निको हुन्छ ।

अथवा- दहीमा निमको पात पिसेर दादमा लगाउनु निको हुन्छ ।

अथवा- १ छटाँक चमेलीको तेलमा १ तोला कपूर मिलाई दाद भएको ठाउँमा लगाउनाले निको हुन्छ ।

अथवा- सुहाग (स्वाग), चमेलीको तेल, गुलाफको फूल र

अलिकता कपूर यी सबैलाई एकत्र गरी कागतीको रसमा पिसी लगाउनाले दाद (र चिलाउने रोग) नष्ट हुन्छ ।

अथवा- बेडूको दूध दादमा मल्नाले या मैनसील पानीमा घोटेर लाउनाले दाद आराम हुन्छ ।

अथवा- नीलोतुथो, गन्धक, कपूर १०-१० मासा पिनेर गाईको सय पटक घोलेको नौनीमा मिलाई नित्य मल्नाले र एक घण्टा घाममा बसेपछि स्नान गर्नाले पनि दाद निश्चय आराम हुन्छ । स्नानभन्दा पहिले गोमूत्र मलिदिनाले झन् उत्तम हुन्छ ।

अथवा- नीमको मद शरीरमा मल्नाले या नीमको अर्क पिउनाले दाद आराम हुन्छ ।

अथवा- सालधूप, गन्धक, भुटेको सुहाग, फिटकिरी पिनेर घिउमा मिलाएर लाउनाले पुरानो दाद पनि आराम हुन्छ ।

दाह-प्यासमा

धनियाँ २ तोला, माटाका भाँडामा हाली पानी हालेर भिजाई रातभर राख्नु १ तोला मिश्री मिलाई छानेर खानु; प्यास, छटपटी, डाहा शान्त हुन्छ ।

दिशा खलाँस गर्नुपरेमा

दालचिनी ३ मासा, हर्रो १ मासा, ३ मासा पानीमा उमाली पकाउनु, छानेर १ मात्रा का दरले खानु; दिशा कब्जियत भएको खलाँस गर्दछ ।

अथवा- बेलुकी सुत्ने बेलामा १ गिलाँस तातोपानीमा ३-४ चम्चा कागतीको रस मिलाई पिउनाले दिसा खलाँस हुन्छ ।

अथवा- दुई दाना कागतीको बाहिरको बोक्रा ताछेर भित्रको सेतो बोक्रा सहितको केस्रा दगल्च्याई कुनै सफा सिसाको गिलाँसमा राख्नु, त्यसमा पानी पनि हालेर राती ओसमा राखी बिहान मिचेर छान्नु र सो पानी सटक्कै पिइदिनु, यसले दिसा खलाँस गर्दछ, आन्द्राको कमजोरी समेत हटाउँछ।

अथवा- २ वटा कागतीको रसमा तातो पानी र चिनी मिलाई पिउनाले दिशा खलाँस हुन्छ।

अथवा- पाकेको फर्सीको तरकारीमा सुठोको चूर्ण हालेर खानाले दिशा खलास हुन्छ

अथवा- जसलाई कब्जियत हुने गर्दछ उसले प्रत्येक दिन बिहान ५/६ वटा पाकेको केरा खाने गरेमा कब्जियत रोग ठीक हुन्छ।

दुब्लो व्यक्तिलाई पथ्यापथ्य पदार्थ

दुब्लो शरीर भएकालाई पौष्टिक भोजनको आवश्यकता हुन्छ, तर पौष्टिक भोजन पच्न गान्हो हुन्छ र दुब्लो मान्छेको जठराग्नि पनि मन्द हुन्छ। यसैले उनीहरूलाई पौष्टिक तर सजिलोसँग पच्ने पदार्थ पथ्य हुन्छ। गहुँ, चामल, मकै, रहर, मुँगी उनीहरूको लागि सदा पथ्य हुन्छ। दूध, चाँडै पच्दछ र पौष्टिक छ। उनीहरूले दिनमा अलिअलि गरेर धेरै पटक दूध पिउनु पर्छ। घिउ, 'तर', मखन पौष्टिक छन्। आलु, काँक्रो, अंगुर, सुन्तला उनीहरूको लागि पथ्य छ।

दुर्बल मनुष्यले नित्य आधा सेर दूधसँग सतावरी (कुरिलो) को जराको चूर्ण या पंजामुसली (हाथजोडी) को चूर्ण एक तोला खाने गर्नुपर्छ। तर दुर्बल व्यक्तिले खाएर सुतिरहनु हुँदैन। भोजनको परिमाण अनुसार केही शारीरिक परिश्रम पनि गर्नुपर्छ र पौष्टिक पदार्थ पनि यस्तो खानुपर्छ जुन पच्नमा हलुको होस्। जति जति

शरीरमा बल आउँछ त्यति त्यति विशेष पुष्टिकारक भोजन गर्ने र विशेष परिश्रम या व्यायाम गर्ने गर्नुपर्दछ ।

दुर्बल व्यक्तिले धेरै लंघन गर्नु हुँदैन, धेरै व्यायाम र धेरै परिश्रम पनि गर्नु हुँदैन ।

दृष्टि मन्द भएकोमा

१० ग्राम तोरीको तेल र ४० ग्राम जति ताजा गाईको गोबर मिलाई निचोरी कपडछान गरी सो रस मन्द-मन्द आगोमा पकाई जब तेल मात्र रहन्छ, तब त्यसलाई दैनिक आँखामा लगाउनाले दृष्टि तेजिलो हुन्छ ।

अथवा- त्रिफलाका चूर्णमा मह र घ्यू (विषम भाग) लिई आँखाका वरिपरि लगाउने गर्नाले दृष्टि तेजिलो हुन्छ ।

दुभी र सेतोदाग सम्बन्धमा

लक्षण- यो रोगले यद्वा दुभीले शरीरमा पहिले त थोप्लो थोप्लो भएर देखापर्दछ । कसै कसैमा त यो दुभी आफैं हराएर जान्छ, तर कोही कोहीमा भने क्रमशः सानो सेतो टाटो (दाग) को रूपबाट फैलिँदै जान्छ र केही समयसम्ममा नै सारा शरीरभर फैलिंदै जान्छ । तर कोही कोहीमा भने जत्ति पैला देखा परेको (उब्जेको) थियो, त्यत्तिकै मात्र (यथावत्) रहेको पनि पाइएको छ ।

यो रोग पूर्णतः सरुवा त होइन, तर सर्दैन-सरुवा होइन भनेर नकार्न पनि सकिँदैन । लोग्नेस्वास्नीमध्ये कुनै एउटालाई सेतो दाग भएको भए अर्कोलाई पछिसम्म पनि (आंशिकरूपमा) पनि सरेको पाइएन। तर आफ्ना कुनै वंशमा पनि देखा नपरेको भए तापनि जन्मेको मात्र ६-७ महिना भएको बालकमा पनि यो सेतो दाग रोग अचानक

सेतो सानो टीकाको रूपमा भएको फेला परेको छ । वंशाणुगत, सरुवा वा खानपिन (विसम भोजन) बाट हुन्न कि भन्नु र हुन्छ कि भनेर पूर्णतः नकार्न पनि सकिएको हुँदैन । जेहोस् यो एउटा पीडादायक रोग न भए पनि देख्नमा न राम्रो र सानो यद्धा मामुली रोग भने र नीचमार्न वा औषधी गर्न छोड्न भने पक्कै सकिंदैन ।

माथि उल्लेख गरि सकिएको छ कि कोही कोहीलाई यो सेतो दाग कुनै एक ठाउँमा मात्र धैरै वर्षसम्म न फैलिइकन रहिरहन्छ भने कसैलाई यो रोग देखापरेको ३-४ दिनमैं छपक्क शरीर ढाकेको (फैलिएको) पाइयो । धैरै जसोलाई वर्षादको समयमा चिलाउने गर्दछ भने कसैलाई सेतो दाग भएको ठाउँमा स्पर्श-ज्ञान नभएको हुनसक्छ ।

यो रोग लागेका मध्ये सबैलाई औषधी गरेर पूर्णतः सञ्चो हुन्छ भन्न सकिँदैन । किनकि यो रोग साध्य र असाध्य (अर्थात् औषधी गरेर सञ्चो हुने र नहुने २ प्रकारका) हुन्छन् । ज्यादा चम्किलो (से .... तो टाटो) भएको, हातका नङ्सिलीमा भएको, औंला-औंलामा फैलिएको, ओँठमा, आँखाको परेलीमा, गुप्तस्थान आदिमा भएको र जुन ठाउँमा सेतो टाटो छ त्यसठाउँबाट सेतो रौं आएको र वर्ष पुरानो भएको छ भने त्यो असाध्य यद्धा औषधी गरेर ठिक हुँदैन भने पनि हुन्छ ।

अतः यस अवस्था बाहेकका रोगीले (सेतो दाग देखा पर्ने बित्तिकै) भरसक छिटो उपचार गर्नु श्रेयस्कर हुन्छ ।

सेतो दाग भएका रोगीहरूले (सकसम्म) जिन्दगीभरनै माछा खानु हुँदैन । किनकि माछाको मासुले उक्त रोग फैलाउनमा उत्तम मनिएको छ । रोग निको भएर पनि भरसक न खानु । साथै अन्य चीजको मासु, ज्यादा, पीरो, ज्यादा नुनिलो, धैरै अमिलो, ज्यादा

गुलियो, भेण्टा, मासको दाल, करेला, काँक्रो आदिका खाँदेका - (अम्ल्याइएका) चीजहरू र तामा आदि चीजहरूको परहेज गर्नु बढिया हुन्छ ।औषधी प्रयोग गरुञ्जेल यी माथि बताइएका विषयहरूको परहेज त अवश्य पालन गर्नु पर्दछ । यो रोग न लागेकाहरूले पनि माछा या मासु सँग दूध मिसाएर वा आधाघण्टा अघि वा पछि पनि दूध खानु योग्य हुँदैन । यसरी खाईदा रोग न भए पनि तुरुन्त पैदा गर्दछ भन्ने कुरा आयुर्वेद ग्रन्थहरूमा उल्लेख भएको पाइन्छ ।

अब यहाँ दुभी र सेतो दाग नाश गर्नमा लाभदायक-उपयोगी मानिएका केही औषधीहरू उल्लेख गरिन्छ–

कुटको चूर्ण ३ तोला, मूलाको बिउको चूर्ण ३ तोला, दहीदयालाको चूर्ण ३ तोला, हलेदो ३ तोला, नागकेसर चूर्ण ३ तोला, सर्स्यूँ चूर्ण ३ तोला यी सबैथोक मसिनो गरी पिसी छानी राख्नु, आवश्यकतामा थोरै लिई गोमूत्रमा पिसी दागमा दैनिक लगाउने गर्नु ।

अथवा- अपामार्गको रसमा मूलाको बीउ खूब मसिनो गरी पिसी दूभी भएको ठाउँमा लगाउनु ।

अथवा- कागतीको रस तीलको तेल मिलाएर लगाउने गरेमा दुबि नष्ट गर्छ ।

अथवा- हलेदो र मूलाको विउको चूर्ण समभाग लिई केराको गानाको रसमा पिसी दुभी भएको ठाउँमा लगाउनु, लाभ गर्दछ ।

अथवा- कागतीको रसमा तिलको तेल मिलाएर दल्ने (मालिस गर्ने) र करीब २ घण्टा पछि नुहाउने गर्नाले विफर आदिको नयाँ खत र दुभी आदिको दाग पनि नष्ट हुन्छ ।

अथवा- मूलाको बीउ, अपामार्गको रसमा या दहीमा पिसेर लगाउनाले सेतो दाग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- गन्धकको चूर्ण र जवाखरको चूर्ण तोरीको तेलमा पिसेर लगाउनाले सिध्म आदि गरिएका कोढ़ र सेतो दाग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सोधित हरताल, सोधित गन्धक र बेसार गोमूत्रमा पिसेर लगाउनाले सेतो दाग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सिधेनून, गाईको गोबरको भस्म र बेसार एकत्र गरी पिसी महमा फेटी लगाउनाले सेतो दागसम्बन्धी रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- नौसादर महमा फेटी लगाउनाले सेतो दाग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- गन्धक रसायन बटी २/२ गोली बिहान बेलुका खाली पेटमा दूधसित सेवन गर्नाले दाग निर्मल हुन सक्छ । साथै बाकुची तेल दागमा लगाउनाले अझ लाभदायक हुनजानेछ ।

अथवा- शिलावटी (शिलाजीत + र गाझन) लाई गाईको ताजा गहुँतमा घोलेर रात्रिमा लगाई सुत्ने र भो लेपल्ट बिहानै फिटकिरी पानीले धुने गर्नाले सेतो दागहरू हराउन सक्छन् ।

अथवा- कत्था र अमलाको काढ़ामा बाकूची चूर्ण मिलाई धेरै दिनसम्म खाने गर्नाले सेतो दाग नष्ट हुन्छ, यो लाभदायक औषधी हो ।

अथवा- नौसादारको धुलोमा मह मिलाएर लगाएमा श्वेतकुष्ठको दाग हराएर जान्छ ।

अथवा- आफैं मरेको (तर मरेको ४-५ दिन भित्रैको) कुकुरको हड्डीको भस्म, केराको कोसाको भस्म र कौवाको विष्टी एकत्र गरी पिसी महमा फेटी कम्तिमा ४० दिनसम्म लगाउने गर्नाले जस्तै सेतो दाग पनि निको हुन्छ ।

अथवा- फोटो धुने केमिकल लगाउने गरे पनि केही समयको दुभी निको हुनसक्छ ।

अथवा- सेतो दूबो, गाईको दूधको फिनमा पिसी लगाउने गर्नाले दुभी र सेतो दागमा लाभ गर्दछ ।

अथवा - घोडटाप्रे, लसुन, सिधेनून र चितोको जरो यी सबै एकत्र गरी पिसी थिनैका रसमा मिलाएर लेप लगाउने गर्नाले सेतो दाग निको हुन्छ ।

अथवा - निमको पात १ तोला, कालो तिल ६ मासा, समुद्रनून ६ मासा र पुरानो गुड २ तोला मिलाएर राख्नु, उमेर अवस्था हेरी १ १/२ तोला २ मासा देखि सम्मको मात्रा गरी खाने गर्नाले सेतो कोढ़ हराउँछ ।

यस रोगमा खयरको काँढा र जौको भोजन दिनुपर्छ । खयर र अमला एक एक तोला लिएर काँढा बनाउनु । पाकेपछि काँढामा एक तोला बाकुचीको बीजको चूर्ण मिलाएर थोरै मह पनि मिलाई पियाउनु । ११ दिनसम्म पिउनाले श्वेतकुष्ठ आराम हुन्छ ।

अथवा- केराको भस्म, कौवाको विष्टा, बेङ्गूको जरो एकै ठाउँमा पिनी लेप गर्नाले ४० दिनमा श्वेतकुष्ठ आराम हुन्छ ।

अथवा- लोहाचूर्ण, कालो तिल, रसोत, बाकुची, अमला सबै भृङ्गराजको रसमा पिनेर एक महिनासम्म लगाउनाले वा मैनसील र अपामार्गको भस्म समभाग गोमूत्रमा पिनी लेप गर्नाले श्वेतकुष्ठ आराम हुन्छ ।

अथवा- श्वेत करवीरको जरो, मिठाविष, आधा पाउ पानीसँग मिलाई सिलौटामा पिनी एक पाउ बेडूको जरा पनि पिन्नु र दुई सेर तिलको तेल र चार सेर गोमूत्र मिलाएर पकाउनू तेलमात्र बाँकी भएपछि झिकी छान्नू, यो मालिस गर्नाले पनि श्वेतकुष्ठ को दाग नष्ट हुन्छ।

अथवा- खयरको बोक्रा र बाकुचीको चूर्ण एकत्र गरी पिसी छानी (गुच्चा जत्रोको अनुपान गरी) अमलाको काढ़ासँग खाने गर्नाले सेतो कोढ़ आराम हुन्छ ।

अथवा– नीलोतुथो १० तोला, नौसादर १० तोला, सुहाग १० तोला, गन्धक १० तोला, नरीवलको भित्रीभागको चूर्ण २ सेर यी सबै कुटेर पींधमा प्वाल भएको एक हाँडीमा पहिले नरीवलको चूर्ण त्यसमाथि अरू चीजहरू कुटेर हाल्नू । हाँडीको पींधमा एक दुई मसिनो तार लगाइदिनू ताकि प्वाल बन्द न होस् । त्यो छिद्र मुनि एउटा सीसाको गिलास भुईमा खाल्डो खनेर राखिदिनू; गिलासदेखि लिएर माथिको हाँडीको मुखसम्म गिलो माटोले संपुट गरिदिनू । अनि माथिबाट एक बोरा गुइँठा बालेर आगो लगाउनू, औषधिको तेल गिलासमा भरिन्छ । यो तेल दाद, लुतो, सेतो दाग आदिमा लगाउनाले शतप्रतिशत लाभ हुन्छ । यदि यो तेल लगाउँदा धेरै पोल्यो भने माथिबाट मखन लगाउनू । औषधी अमोघ छ ।

अथवा- खयरको बोक्रा, नीमको फूल-पात-बोक्रा-फल र जरो (राम्रोसँग धोइ पखाली गरी) आधा-आधा सेरको मात्रा लिनु, अनि मरीच, हर्रो, बर्रोको बोक्रा, अमला र बाकुची चूर्ण १-१ पाउ लिनु र माथि बताइएका सबै औषधीहरू पनि एकत्र गरी पिसी छानेर राख्नु, जेठीमधुको क्वाथसँग नित्य चार महिनासँग खाने गर्नाले सेतो कुष्ठ मासा अवश्य निको हुन्छ । मात्रा-अवस्था उमेर हेरी ३ मासा देखि ६ मासासम्म गर्नु । पूर्ण परहेजमा रहनु ।

चीताको बोक्रा दुई भाग, सेतो रत्तीको जरोको बोक्रा एक भाग, वावची तीन भाग, जंगली अंजीरको जरोको बोक्रा एक भाग यी सबै मिलाएर गोमूत्रमा खल गरी सेतो दागमा लगाउनू । फोका फुटेर जब दूषित पानी (पीप आदि) निक्लन्छ अनि नीमको तेलको

अथवा- पुनर्नवाको जरो आधा पाउ सरस्यूँको तेलमा मिलाएर चिनेर एक छटाक सिन्दूर मिलाएर मलहम बनाउनू र सेतो दागमा लगाउनू आराम हुन्छ ।

अथवा- यी तल लेखिएका कुनै एक वा दुई औषधी प्रयोग गर्नाले दुभी र सेतो दाग रोग निवारणमा केही लाभदायक मानिंदै आएको छ –

१) वृहद् मरिचादि तेल
२) मरिचादि तेल
३) सोमराजी तेल
४) विष तेल
५) श्वेतकरवीराद्यतेल
६) सिन्दूराद्य तेल
७) मञ्जिष्ठादि क्वाथ
८) पञ्चनिम्ब
९) पथ्यादि लेप
१०) एकविंशतिक गुग्गुल
११) कैशोर गुग्गुलु
१२) वृहद् मंजिष्ठादि क्वाथ
१३) पञ्चतिक्त घृत
१४) पञ्चतिक्त गुग्गुलु
१५) तालकेश्वर रस
१६) कन्दर्पसार तेल
१७) सोमराजी घृत
१८) शशाङ्क रस
१९) श्वित्रकुष्ठारि रस
२०) श्वीत्रहर तैल
२१) श्वीत्रगजसिंह तेल
२२) शरिवाद्य तेल
२३) सर्षपादि चूर्ण
२४) हरिद्रा चूर्ण
२५) श्वीत्रहर बटि
२६) हरिद्राबटिका
२७) श्रीपर्ण तेल
२८) सर्वाङ्ग सुन्दरी गुटिका
२९) चन्द्रप्रभावटि
३०) सिद्ध तालेश्वर रस इत्यादि

यससम्बन्धी अरू औषधीहरू पनि यसै पुस्तकमा अन्य शीर्षकबाट पनि उल्लेख गरिएको छ ।

दूध बढाउनु परेमा

मासको दाल गल्ने गरी पकाएर खाने गरेमा स्त्रीहरूको दूध बढेर आउँछ र बच्चा पनि हष्टपुष्ट हुन्छ ।

धनुष्टंकारमा

चितोको जरा, जाखीको जरा, दूधेझारको डाँठ थिचेर या त्यसै चबाएर खाएमा राहत मिल्दछ ।

धातुपुष्टमा

अस्वगन्धा ४० तोला, विधायरा ४० तोला र मिश्री ४० तोला गरी सबै एकत्र पार्नु, पिसेर छान्नु, अनि बिहान बेलुका मनतातो दूधसँग करीब १ महिनासम्म लगातार सेवन गर्नाले धातु पुष्ट भई जवानीको जोश आउने छ । संभोगमा वीर्य धेरैबेरसम्म रोकिइरहनमा पूरा सहयोग गर्दछ ।

अथवा- तुलसीको बीज र तुख्मेरिहाँ पिसेर त्यसमा मिश्री पनि मिलाई बिहान बेलुकी मनतातो दूधसँग सेवन गर्नाले धातु पुष्टि हुनुका साथै संभोगशक्तिमा समेत वृद्धि हुन जान्छ ।

अथवा- आधा माना मासको छाँटाको पीठो, आधा माना गहुँको पीठो, उत्ति नै जौको पीठो, १ चौथाई चामलको पीठो, आधा चौथाई पिपलाको धूलो, आधा माना घ्यूमा भुटी बास्ना आएपछि (केही रातो भएपछि) १ माना चिनी या मिश्रीको चास्नी हाल्नु, एकनासे भएपछि ४ तोलाको लड्डु बनाउनु, बिहान बेलुका दूधसँग खानु, धातु पुष्टी हुन्छ, संभोगशक्ति खूब बढ्दछ ।

अथवा- १-१ तोला सोधित शिलाजीत गाईको गउँतसँग खाने गरेमा धातुरोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- २ तोला बराबरको कमलको पात थिचेर राती पानीमा भिजाउनु र बिहान छानेर मिश्री मिलाएर पिउने गरेमा धातुरोग र पिशाव पोल्ने पनि ठीक गर्छ ।

अथवा- मासको पीठो, २ तोलामा, ९ मासा घिउ, ६ मासा मह मिलाई खानु, त्यसपछि दूध पिउनु । ४ महिनासम्म खानाले धातुपुष्ट हुनुका साथै घोडाको जस्तो तागत हुन्छ । ब्रह्मचर्य पालन गर्नु आवश्यक छ ।

अथवा- पीपलको फल, मुन्टा र जरा ६-६ मासा ल्याई धूलो पारी छानी त्यसलाई दूधमा पकाउनु र सो पाक खाने गर्नु ।

अथवा- बकेर्नो गाईलाई मासको घाँस खान दिने गर्नु, त्यसको दूध खाने गर्नाले धातु पुष्ट हुनुका साथै जोडदार तागतिलो भइन्छ ।

अथवा- मनतातो दूधमा मह मिलाई खानाले धातु पुष्ट र तागत बढ्दछ । (तर ज्यादा तातो दूधमा भने मह मिसाएर खानु हुँदैन) ।

अथवा- भिण्डो? गोईंठाका आगामा पकाउनु काउछाका बिआँ, गाईको ५ सेर दूधमा पकाउनु, अमला दाना बराबरको प्रमाण गरी मिलाएको मनतातो दूधसँग खानु खूब स्तम्भन हुनुका साथै कामदेव जाग्दछ ।– (प्रा. ह. लि. पु.)

अथवा- नागार्जुन, अस्वगन्ध, गाईका दूधमा पिसी खीर पकाउनु, प्रातः उठी चिसोपानीसित ३१ दिनसम्म खानाले धातुपुष्ट हुनुका साथै कामदेव बढ्दछ ।

धेरै तिर्खा लाग्ने रोगमा

मह मुखमा १० मिनेटसम्म राखिरहने र पछि कुल्ला गर्नाले घोर प्यास पनि शान्त हुन्छ ।

अथवा- अमलाको रस एक मासा घिउ, एक मासा सिधेनून मिलाएर पिनी शिरमा लगाइदिनु, यसले कण्ठ, तालु आदि सुक्ने तत्काल आराम हुन्छ ।

अथवा- २ तोला धनियाँ हाँडीमा पकाएर, छानी चिनी मिलाएर अलिअलि गरी पिउनाले प्यास र दाह शान्त हुन्छ ।

अथवा- पीपलको बोक्रा जलाएर भस्म गराउनु, त्यस भस्मलाई पानीमा मिलाउनु जब पानी निथ्रन्छ अनि दोस्रो हंडीमा राखिदिनु । यो पानी २-२ तोला पिउनाले प्यास र वमन शान्त हुन्छ ।

अथवा- सानो ब्राह्मीको पात कुटेर रस निकाली त्यस रसमा सेतो जीरा र मिश्री मिलाएर १-१ मासा दिनमा पटक-पटक पिउनाले प्यास शान्त हुन्छ ।

नुपंसकतामा

घोडाको रालमा सेतो सर्स्युं, मजिठो, जाइफल र पठेराको पात यति एकत्र गरी पिसनु र लिङ्गमा लगाउनु त लिङ्ग एकदम मात्तिन्छ ।

अथवा - मह, कुचिला, अपामार्ग, सेतो सर्स्युं, विहींका फल, पीपला, अश्वगन्ध, सिधेनून, मरीच, सुँगुरको मासु यति एकत्र गरी पिसी लिंगमा लेपन गर्ने गर्नु, तन्नेरीका झैं तेज हुन्छ ।

नाडी मन्द भएमा

शुद्ध कपूर १ तोला, फुराएको असल हिङ आधा तोला, असल कस्तुरी, अदुवाको रसमा मिलाई २ लालको गोली बनाई १-२ गोली (तातो) पानीसँग खानाले नाडी आउँछ । बिरामी बेहोस भएको भए उक्त औषधी जिभ्रामा ४-४ घण्टामा लगाइदिंदै गर्नु; नाडी साबिक हुन सक्छ, रोगीको होश पनि फर्कन्छ ।

नाडीब्रण

जुन घाउ कहिल्यै भरिंदैन, बढ्दै जान्छ, निरन्तर पीप बहन्छ,

यसलाई नाडीब्रण भन्दछन् । सिउँडीको दूध, आँकको दूध, दारूहल्दी तीनैलाई कपडामा लपेटेर नाडीब्रणको भित्र राखिदिनाले घाउ आराम हुन्छ ।

अथवा- मनुष्यको शिरको खप्परको हाड गोमूत्रसँग पिनेर लेप गर्नाले पनि नासुर (नाडीब्रण) ठीक हुन्छ ।

अथवा- मह र सिधेनून मिलाई कपडामा लपेटेर ब्रणमा राख्नाले पनि घाउ आराम हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध गुग्गुल, त्रिफला, त्रिकुटा समभाग मिलाएर पिनी, छानी यो चूर्ण घिउमा मिलाई ३-३ मासाको गोली बनाई यो गोली नित्य गुर्जोको काँढासँग खानाले दुष्टब्रण आराम हुन्छ ।

अथवा- भँगेराको बिष्टा मसिनो गरी पिनेर लेप गर्नाले पनि घाउ ठीक हुन्छ ।

नाथ्रो फुटेको बन्द गर्नमा

पानी तताई सहन सक्ने भएपछि हात गोडा चोभिदिनु, नाकबाट बगेको रगत बन्द हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रसको नस हाल्नाले नाथ्रो फुट्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ मासा मरीच पिसेर, त्यसमा १ तोला पुरानो शखर पनि मिसाई दहीसँग खानाले नाथ्रो फुट्ने रोग निको हुन्छ ।

अथवा- निमको पात र ज्वानो पिंधेर कञ्चटमा लेप गर्नाले नाथ्रो फुट्ने रोग निको हुन्छ ।

अथवा- धनियाँको पात कुटेर त्यसको रस नाकमा हाल्नाले नाथ्रो फुट्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- नाकमा गेंदाको पातको रस या अनारका कोपिलाको रस या दूबोको रस या बनचौराईको रस यी ४ थोकमा जुन जुन पाइन्छ त्यही त्यही चिजको रस निकाली छान्नु र नाकमा २ टायम वा आवश्यकतामा नाकमा राख्नु निको हुन्छ ।

अथवा- (सफा) हरियो दूबो पिस्ने र त्यसको रस कपडाले छानी नाकमा २-४ थोपा हाल्ने गरेमा नाकबाट रगत आउन बन्द हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको रस नाकमा हाल्ने गरे पनि नाकबाट रगत आउन बन्द हुन्छ ।

निनवाको औषधि

जिभ्रामा, ओठमा, घाँटीमा, गिँजामा साना साना खटिरा हुने रोगलाई निनवा भन्दछन् । यसको औषधी - चमेली फूलको पात या फूल मसिनु गरी चबाउनु, केही खानु, केही खटिरामा लगाउनु, यसरी ४-५ दिनसम्म प्रयोग गरेमा निको हुन्छ ।

नेत्ररोगमा

नेत्र र पाउको नाडीमा आपसमा घनिष्ट सम्बन्ध हुन्छ । यसकारण नेत्रको आरोग्य चाहनेले पाउ खूब धोएर सफा राख्नुपर्दछ । पाउमा तेल मालिस गर्नुपर्छ । नाङ्गो पाउले गर्मीमा प्रातःकालमा शीत परेको दूबो भएको जमीनमा नित्य भ्रमण गर्नुपर्छ ।

हर्रो एक भाग, अमला ४ भाग पानीमा पिनी साना गोली बनाउनु । यो गोली पानीमा घोटेर आँखामा लाउनाले आँखाबाट आँसु बहने र नेत्रपीडा शान्त हुन्छ ।

अथवा- निर्मलीको फल महमा घोटेर त्यसमा थोरै भीमसेनकपूर

र ममीरी घोटेर आँखामा नित्य लगाउनाले नेत्रको अनेक रोग आराम हुन्छ, दृष्टि बढ्दछ ।

अथवा- भीमसेनीकपूर बरको दूधमा पिनेर आँखामा लाउनाले नयाँ फूलो ठीक हुन्छ ।

अथवा- ममीरी, स्त्रीको दूध वा बाख्राको दूधमा घोटेर आँखामा लगाउनाले नयाँ फूलो र आँखामा जालो पर्ने आराम हुन्छ ।

अथवा- ल्वांग, पिप्ला, मरीच, नीलोतुथो ३-३ तोला आमहल्दी, शिरीषको बीज, भुटेको फिटकिरी, शुद्ध नौसादर, सोडा, समुद्रफेन, मूंजको खरानी, कालो सूर्मा ६-६ तोला लिनु पहिले सुर्मा मसिनो गरी पिनी छुट्टै राख्नू, सोडा पनि मसिनो गरी पिनी छानी अलग्ग राख्नू, फेरि बाँकी चीज कपडा छान गरी सबैलाई एकै ठाउँमा मिलाई (३ दिनसम्म) खल गर्नू , फेरि कपडछान गरी शीशीमा राख्नू । यो सुर्मा राती सलाइको काँटीले आँखामा लगाउनू, नेत्रको अनेक रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- ताजा गोबरको रसमा पिनेको पिप्ला आँखामा लगाउनाले रतौंधी रोग (राती आँखा न देख्ने) आराम हुन्छ ।

अथवा- हुक्काको तलको कीट आँखामा लगाउनाले या तीते करेलोको पातको रसमा मरीच घोटेर लगाउनाले पनि रतन्धो आराम हुन्छ ।

अथवा- पिप्ला, गोमूत्रमा घोटेर लगाउनाले पनि रतंधो ठीक हुन्छ ।

अथवा- कलमीसोडा २ तोला, सिधेनून २ तोला । पहिले सोडा मसिनो गरी पिनी एक भाँडामा राख्नू त्यसपछि मसिनो गरिएको सिधेनून पनि हालिदिनू, हलुका आगोमा राखिदिनु, जब नून कालो हुन्छ अनि झिकी प्याजको रसमा १२ घण्टासम्म खल गरेर रस सुकाउनू

र धूलो शीशीमा राख्नू नित्य सलाईले लगाउनु, यसले आँखाको धुन्ध, दाद, रतौंधो, पानी आउनु आदिलाई ठीक गर्छ ।

अथवा- आँकको दूधसँग पोलेको नीलोतुतोका भस्म महसाथ मिलाएर लगाउनाले आँखाको फूलो ठीक हुन्छ ।

निद्रा न लागेमा

सर्पगन्धा एकमासा बदामको सिरप या दूधसँग राति सुत्ने बेलामा-खानू या ''सपनापील'' खानू ।

अथवा- पिप्लामूल एक मासा, पुरानो गुड एक मासामा मिलाएर सुत्ने बेलामा दूधसँग या बदामको सिरपसँग खानू । बुद्धिवर्द्धक एवं उन्माद हटाउनको लागि ''सारस्वत चूर्ण-'' बोजो, ब्राह्मी, गुर्जो, सुठो, कुरिलो, शंखपुष्पी, वायुविडंग, अपामार्गको ज़रो समभाग लिएर पिनी कपडछान गर्नू । २-३ मासाको मात्रा मह या गाईको घिउसँग बिहान बेलुका नित्य सेवन गर्नू । औषधी अनुभूत छ ।

अथवा- दहीको तर शिरमा मले निद्रा आउँछ, मगज ठण्डा गर्दछ ।

अथवा- १ तोला मासको जराको काढा पकाएर पिउनाले निद्रा लाग्दछ ।

अथवा- १/२ रत्ति घिउमा फुराएको हिंङ खाएर सुतेमा निद्रा आउँछ ।

अथवा- कपूरको चूर्ण, हिंङको चूर्ण १/१ लाल मिसाई केराउ जत्रो गोली बनाइराख्नु । आवश्यकतामा १ गोलीको मात्रा गरी दिनको २ फेर खानु र पैतालामा हरियो भाङ र चरिअमिली बाख्रीको दूधमा पिसी बेसरी (बाक्लो गरी) लगाउनाले निंद आउँछ ।

निद्रा लगाउने केही घरेलु उपाय

जसलाई निद्रा लाग्दैन, त्यसले तल बताइएका कुनै उपायहरू उपयोग गर्नाले निद्रा लगाउनमा सहायता गर्दछ–

भैंसीको दूधसेवन, राम्रो र हितकर मदिरा प्युनु, दही खानु, तेलले मालिश गर्नु, स्नान गर्नु, शिरमा भृङ्गराजादि औषधियुक्त आयुर्वेदीक तेल मालिश गर्नु, वा घरायसी शुद्धतोरीको, तिलको तेल लगाउनु, आँखा चिम्लेर त्रिफलाको बाक्लो पान आँखामा राख्नु, प्रेमीकालाई काखमा राख्नु या प्रेमिकाको काखमा सुतनु, मनमा सन्तोष र शान्ति लिनु। चिन्ता, क्रोध, ईर्ष्या, शोक त्याग गर्नु, कुनै किसिमको डर न मान्नु, चित्तलाई प्रसन्न राख्ने कार्य गर्नु, यी सबै उपाय निद्रा ल्याउन सहायक छन्।

निद्रा लगाउने औषधि

भुटेको भाङ्को धूलो, महमा मिलाएर राती सुत्नुभन्दा पहिले खानाले निद्रा आउँछ।

अथवा– पिपलाको जरो सफासँग धोएर घाममा सुकाउनु, अनि यसको चूर्ण पारि गुडका साथ खानु, निद्रा आउँछ।

अथवा– साग, दाल, घिउ सहित भात खाँदा प्याज पनि खाने गर्नाले निद्रा लगाउन सक्छ।

अथवा– उँखुको रस, मासको दाल, दूध, गहुँ, तिल यी सबै यथोचित अनुपात लिएर खाने गर्नाले निद्रा लाग्दछ।

अथवा– बेलुका सुत्ने बेलामा भेन्टा घिउमा तारेर (पकाएर) महसँग मिलाई खाने गर्नाले निद्रा लाग्दछ।

अथवा– आफूलाई मन पर्ने राम्रा – राम्रा गीतहरू सुन्ने गर्नाले निद्रा लाग्दछ।

अथवा- अरेंठ र आलसको तेल बराबर भाग लिएर मिलाउनु, अनि काँसको कटौराले केही समय घोट्नु र सो तेल आँखामा लगाउने गर्नाले निद्रा लाग्दछ।

पाठकवृन्दहरूलाई यो पनि जानकारी दिउँ कि कुनै रोगी ज्वराले पीडित छ अथवा ज्वरो आउने गर्दछ भने माथिका कुनै कुनै औषधी र घरेलु उपायका दही सेवन आदि कुराहरू प्रयोग-सेवनले बेथा चाप्न पनि सक्दछ, अतः रोगी र अवस्था हेरी प्रयोग गर्न हाम्रा पाठकवृन्दहरू ले जान्नु हुनुहुन्छ नै।

प्रायः जसो दिनमा सुत्नु स्वास्थ्यको लागि बहुत हानिकारक हुन्छ। तर यी तल बताइएका देहायका व्यक्तिहरूले भने न सुती-आराम न गरी न हुने स्थितिमा केही समय दिनमा सुत्नु पनि हितकर नै मानिन्छ-

गाउने, बजाउने, पढ्ने, श्रमयुक्त काम गर्ने, ज्यादा हिंड्ने, रक्सी पिएर थाकेको, हात्ती घोडमा चढ्ने, ज्यादा स्त्री लम्पटी, अजीर्णरोगी, क्षीण रोगी, बुढा, बालक, दुर्बल, श्वास रोगी, चोट पटक लागेको, रातमा जागेको, रिसाहा, वमन गर्नेवाला र उपवास बस्नेवाला।

यी व्यक्तिहरूले स्वास्थलाई विचार गरी दिनमा २/३ घण्टा सुत्नु-निदाउनु हितकारक नै हुन्छ।

साथै खाना खाने बित्तिकै करीव १०० पाइला जति हिंडेर २०-२५ मिनेट सुत्नु-आराम गर्नु पनि त्यति बेफाइदा हुने मानिंदैन। तर आराम गर्न पनि फुर्सद त हुनु नै पर्‍यो, यस्तो गर्न सबैलाई कहाँ जुट्न आउँदछ र ?

जे होस् बेलुका खाना खाने बित्तिकै (छिटै) सुत्ने र बिहान घाम उदाउनुभन्दा लगभग ३ घण्टपहिले (ब्राह्ममुहुर्तमा) उठ्नमा

स्वास्थ्य र परमार्थ दुवै सप्रने हुनाले धन खर्च गर्न पऱ्यो वा फुर्सद मिलेन भन्न भने न मिल्ला कि !

निद्रा नाश गर्नु परेमा

मह र घोडाको ऱ्याल (राल) मिलाएर आँखामा लगाउनाले धेरै निद्रा लाग्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा - चिया पत्ती धेरै राखेर चिया खाने गरेमा पनि निद्रा केही कम लाग्छ ।

नेत्र रोगको लागि

नौसादर, जलाएको मोतीको पत्र ५-५ तोला दुवै कुटेर एक हाँडीमा पनि ४-५ सेर माटो लगाएर सुकाउनू; एक खाडल खनेर राखिदिनू । एक बोरा गुइँठा बाली आगो लगाउनू। आगो निभेपछि औषधी पत्थर कोइला जस्तो गरी निक्लन्छ । त्यो औषधी एक काँसको कचौरामा राखेर त्यसमा गुलाफजल भरिदिनू र अर्को काँसको कचौराले छोपी दिनू । २४ घंटापछि त्यसको पानी निथारेर शीशीमा राख्नू । यो औषधि नित्य आँखामा लगाउनाले फूलो बाहेक आँखाको सबै रोग आराम हुन्छ ।

पखालाको औषधि

भृंगीराज कुटेर रस् दहि मिसी खानू पखालामहाँ
फूल् कूटी धयँरा दही मिसि पिए थामिन्छ झाडा तहाँ ।
तोला तीन लि कैंथको रस झिकी हाली कटौरामहाँ
यस्माथी मह मीसि सन्न पिउनु थामिन्छ खोलो तहाँ ॥
ख्वाल्-ख्वाल् दस्त हुँदा कुटेर मसिनु पाठानिलौथे दिनु

तोला एकहि चूर्ण हालि दहिमा पिएर आराम् लिनू।
चाना लीनु र बेलको मरिच औ पाठानिलौथ् कूटनु
तोला एक लिनू र हालि मह चार् मासामहाँ मूछनु॥
फर्की पूर्व लिएर चाटि तिन दिन् ठूला पखालामहाँ
पानीको छहरा झई भयपनि थामिन्छ झाडा तहाँ।
कोयाको गुदि आँपको दही मिसी खाए पखाला जति
नीको हुन्छ यि वृद्धवाक्य बुझनू ज्यादा बताऊँ कति ?॥

अथवा- प्याजको रसमा १ चिम्टी जति अफिम मिलाएर खाए पातलो दिशा ठिक हुन्छ।

पसिना रोक्नु परेमा

नून राखेको पुरानो माटाको भाँडो फुटाई पिंधेर गाईको सुकेको गोबर(गुञ्ठिो)समेत पिंधी एकै ठाउँमा धूलो मिसेर(बराबर पारी) पसिना आएको ठाउँमा मल्नु; पसिना आउन बन्द हुन्छ।

पत्थरीरोगमा

सिप्लीकानको बोक्रालाई थिच्थाच् पारी रस निकाल्नु, छान्नु र मन्द आगोमा पकाई खोटो तयार बनाउनु, अनि २ तोलाको यो औषधीमा पुरानु गुड २तोला मिलाई (चार तोलाको मात्रा गरी) ३ टायम सेवन गर्नाले पत्थरी रोग निको हुन्छ।

अथवा- पत्थरी रोग हुने रोगीले सिधेनून र कागतीको रस मिलाएर ३ मासको मात्रा गरी खाने गरेमा केही लाभ गर्दछ।

अथवा- गहत उसिनी (गहत र झोल दुवै) नित्य खाने गरेमा पत्थरी गलाउँछ, (खाँदा कंसेकम ५ मुठी भन्दा कम न होस्)।

अथवा- निमको बोक्राको खरानी २/२ मासाको दरले खाने गरेमा पत्थरी गलेर जान्छ।

अथवा- ३ दिनसम्म २ तोला हरियो करेलाको पातको रस १ तोला दहीसँग मिलाएर, ५/६ तोला मोही अनि फेरि दवाई खानु, फेरि ४ दिन बन्द गर्नु। यस्तै प्रकारले एक दिन बढाउँदै १० दिन वा १० पटकसम्म खानाले पत्थरी रोग नष्ट हुन्छ।

मूत्राशयको चारैतर्फ पीडा हुन्छ। पिसाबमा बाख्राको गहुँत (पिशाब) जस्तो दुर्गन्ध आउँछ, पिसाब कष्टसँग हुन्छ, ज्वरो आउँछ, भोजनमा रुचि हुँदैन। यस रोगको आरंभमा नै उपचार गर्नुपर्छ, नत्र पत्थरी ठूलो भएपछि विना अपरेशन ठिक हुँदैन। यसको औषधि- कुभिंडोको रसमा जवाखर र गुड मिलाएर खानाले मूत्रको रुकावट र पत्थरी आराम हुन्छ।

अथवा- सत्यानाशी या कटेरी (सानो कंटकारी) को स्वरस महमा मिलाएर खानाले पत्थरी र भयंकर मूत्रकृच्छ पनि आराम हुन्छ।

अथवा- जवाखर, सुहाग, सोडा समभाग लिएर पिनी, छानी एकएक मासाको मात्रा पानीसँग दिनको ३ पटक खानाले पत्थरी गल्दछ।

अथवा- गोरखकाँकडी (गोलकाँक्री) को जरो र पाषाणभेदको जरो १-१ तोला पानीमा पिनेर पानी मिसाएर काँचो दूधसँग पिउनाले पनि पत्थरी ठीक हुन्छ।

पत्ती नलागाइकन रौं झार्ने उपाय

हरिताल भाग १, शंखभस्म भाग ५ र पलाँशको बोक्राको भस्म ५ भाग पारी यी सबैलाई यथाविधि लिएर केराको थम्बा भित्रको

रस एकत्र गरी मिलाई कुनै भाँडामा ७ दिनसम्म घाममा सुकाइ रहने गर्नु, त्यसपछि जुन ठाउँको रौं झार्न मन लागेको हो त्यस ठाउँमा लेप लगाइदिनाले सजिलैसँग रौं झर्नेछ। फेरि कहिल्यै पनि त्यस ठाउँमा रौं आउँदैन।

अथवा- हरिताल र चून मिलाएर तातो पानीमा लेप लगाउनाले उत्तिखैरै रौं झर्छ।

अथवा- शंखलाई डढाएर त्यको भस्ममा केराको रसमा या गुँडको रसमा राख्नु, अनि शङ्खभस्म जति राखिएको छ त्यत्तिकै मात्रामा हरितालको चूर्ण पनि मिसाउनु। अनि जहाँको रौं फाल्न मन लागेको छ त्यस ठाउँमा लेप लगाउनु; रौं झरेको तमासा देख्न पाइन्छ।

अथवा- कपूर, भलायो, शंखभस्म, नवाखर र मैनशिल यी सबैको चतुर्थांश कल्क (चूर्ण) १ सेर तोरीको तेलमा पकाउनु र त्यसमा हरितालको चूर्ण मिसाउनु, अनि त्यस औषधीयुक्त तेललाई जहाँको रौं झार्न इच्छा छ त्यहाँ लगाउनाले रोमकूप (रौं आउने ठाउँ) नष्ट हुन्छ, फेरि कहिल्यै पनि रौं उम्रदैन - आउँदैन।

अथवा- कुसुमको तेल मालिश गर्नाले रोमकूप नष्ट हुन्छ।

पाण्डु (पहेँल रोग-जण्डिश) भएमा

आँखा र शरीरको रंग बेसार जस्तो पहेँलो हुन्छ। पिसाब पनि पहेँलो हुन्छ। मुखको स्वाद टर्रो हुन्छ। नाडी क्षीण हुन्छ। यो रोग प्राय: कलेजा यकृत् क्रिया बिग्रेर हुन्छ। मण्डूर (लोहकीट) सात पटक आगोमा सेकाएर गाईको गहुँतमा भिजाई जब राम्ररी भस्म हुन्छ तब चनाको दाना जति लिएर मह र घिउसँग खानू या भातमा मिलाएर खानाले सुजन सहित कमलपित्त नष्ट हुन्छ।

अथवा- नीमको पात पानीमा पिनेर एक पाउ जति रस निकाल्नू र त्यसमा मिश्री मिलाएर तताउनू चिसो भएपछि पिउनू ।

अथवा- तूम्बी (लौका) को पातको काँढा बनाएर पिउनाले पनि यो रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- लोहकीट (मंडूर) आगोमा तताएर सातपटक गाईको गउँतमा भिजाउनू, ३ लाल लोहकीट, तीन मासा घिउ र छ मासा महमा मिलाएर चाट्नू । यसले पाण्डुरोग र पेटको कठिन भन्दा कठिन पीडा पनि शान्त हुन्छ ।

अथवा- छ मासा त्रिफलाको चूर्ण महमा मिलाएर नित्य चाट्नाले या ६ मासा गुर्जोचूर्ण, ६मासा मरीच चूर्ण महमा मिलाएर चाट्नाले या ६ मासा गुडमा ठूलो हर्रोकोचूर्ण ३ मासा मिलाएर खानाले कमलपित्त ठीक हुन्छ ।

अथवा- कटुकी पिनेर मिश्रीमा मिलाएर २ मासा खानू र पछि तातो पानी खानू ।

अथवा- नीमको बोक्रा तीन तोला, बच (बोझो) १ तोला, मरीच ३ मासा सबैलाई मसिनो गरी पिनेर एक सेर पानीमा पकाएर एक पाउ बाँकी भएपछि छानेर ४ मात्रा गर्नू । प्रत्येक पटक तीन मासा मह मिलाएर पियाउनू, दूधमा चिनी मिलाएर खानू, तेल, नून अमिलो न खानू । यसले पाण्डुरोग र लुतो ठीक हुन्छ ।

अथवा- सफेद पुनर्नवा कमलपित्त र गर्भवती या प्रसुता स्त्रीको सुजनको राम्रो औषधी हो । यसको दुई तोला स्वरस ६ मासा महमां मिलाएर दिनमा २-३ पटक खान दिनाले सूजन ठीक हुन्छ ।

मण्डूरभस्म ६ मासा, ठूलो बोक्रा १ तोला, १ कुटकी तोला, एक आनाभर गउँत, तीन आना जति पानी मिलाएर बिहान बेलुकी खानाले आराम हुन्छ ।

अथवा- नीमको पातलाई पानीमा पिसनु र १ पाउ रस निकाल्नु । त्यो रसमा मिश्री मिलाएर पकाउनु । जब केही बाक्लो हुन लाग्दछ तब उतारेर मनतातो हुँदै पिउनु, पाण्डुरोग निको हुन्छ ।

अथवा- तितेलौकाको पातको काढा बनाई पिउनाले पाण्डुरोग निको हुन्छ ।

अथवा- त्रिफलाको चूर्ण महमा मिलाएर खानु ।

अथवा- मरीचको धूलो ६ मासा, महमा मिलाएर खानु ।

अथवा- त्रिफलाको काँढाको रस ४ तोलामा ६ मासा मह मिलाएर खाने गर्नाले पाण्डु रोग निको हुन्छ ।

अथवा- वर्रोको चूर्ण, गुडमा मिलाएर खानाले पाण्डुरोग निको हुन्छ ।

अथवा- निमको रस, घिउ र मह (विषम पारी) खाने गर्नाले पहेँले रोग निको हुन्छ ।

अथवा- गाईको दूधमा सुँठो मिलाएर खाने गर्नाले कामला रोग भाग्दछ ।

अथवा- १ तोला बेसारको धूलो, ८ तोला दहीमा मिलाएर खाने गर्नाले पिलिया रोग निको हुन्छ ।

अथवा- हर्रोको धूलोमा मह मिलाई खाने गर्नाले जण्डिसरोग सञ्चो हुन्छ ।

अथवा- १ तोला ल्वाङ, साढे २ तोला पानीमा बेलुकी भिजाएर राख्नु, बिहान उठ्नेबित्तिकै मिच्माच् पारेर (त्यही पानी) खानु ।

अथवा- बेलपत्रको रसमा ४/५ आटो मरीचको धूलो मिसाएर खानाले पाण्डुरोग सञ्चो हुन्छ ।

अथवा- Liv 52 नामक औषधी टेवलेट या झोल नियमित केही दिनसम्म खानाले पहेंले रोग जान्छ ।

अथवा- बेसार, अमला, सुठो, मरीच समभाग लिएर चूर्ण बनाउनु, नित्य ३ मासाका दरले घिउ र मह (विषम)मा सेवन गर्नाले कस्तै प्रकारको पिलिया – पहेंले रोग पनि नष्ट हुन्छ र शरीरमा रगत उत्पन्न हुन्छ ।

पायरिया (दाँतबाट पीप आउने) को लागि

दन्तमन्जन

सिधेनून, टिम्मुर, भुटेको फिटकीरी, भुटेको सुर्ती, गेरू, मरिच, सूठो सबैको एक एक तोला लिएर पिनी छानी चूर्ण बनाउनू सँधै दाँत मल्नू र दाँतको पानी निक्लन दिनू, यसले दाँतबाट रगत पीप आउनु बन्द हुन्छ ।

अथवा- मट्टितेलले कुल्ला गर्नाले पनि पायरिया आराम हुन्छ ।

अथवा- कुचिलो एक तोला, नीलोतुतो ३ तोला दुवैलाई संपुट गरेर भस्म गर्नू र जब खरानी हुन्छ अनि माजुमफलको चूर्ण १ तोला भुटेको फिटकिरी एक तोला, भुटेको बज्रदन्ती चूर्ण २ तोला, रातो माटो १० तोला सबै पिनी छानी मंजन बनाउनू । यस मन्जनले प्रतिदिन दाँत माझ्ने गर्नाले दाँतको सबै रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- दिसा पिसाब गर्ने बेलामा दुवै दाँत टम्म जोर्ने गर्नाले पनि दाँत हल्लने हुँदैन ।

पातलो वीर्य भएमा

काउलाको बोक्रा छायामा सुकाउनु र चूर्ण बनाउनु, त्यसमा मिश्री मिलाई मनतातो दूधसँग सेवन गर्नाले धातु पुष्ट हुनुका साथै ताकत र बल वीर्य बढ्दछ ।

पिलो हुन लागेमा

पिलो निक्लन लाग्यो भन्ने थाहा हुनासाथ सातओटा तिलको फूल न चपाइकन निल्नाले फेरि कहिल्यै पनि पिलो हुँदैन (निक्लन्न) भन्ने बूढापुरानाहरूको भनाइ छ ।

अथवा- अनन्तमूलको जरो पिसेर पिलोको वरिपरि लेप लगाइदिनु सुक्छ ।

पिशाव बन्द भएमा

राजवृक्षको रस धेरै नै खानु, पिशाव खुल्दछ ।

अथवा - फुराएको हिङ साढे २ तोला, अफिम साढ़े २ तोला, कपूर २ मासा, चन्द्रोदय (आयुर्वेदिक औषधि) ३ मासा यी सबै एकत्र गरी पिसी महमा गोली बनाई मुँगी मासको जत्रो बनाइएको गोली १ तोला सुपको अर्कसँग खानाले पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- सोडा, नौसादर, जवाखर, फिट्किरी एति चार चीज समानभाग लिई मिलाई पिस्नु र कराइमा तताउनु । जब एकै हुन्छ, तब उतारेर सिसीमा राख्नु । ४ आना भरिको एक मात्रा गरी २५० ग्राम गाईको काँचो दूध र माटाका भाँडामा राखिएको बासि पानीमा मिलाई १०/१२ दिनसम्म बिहान बेलुका खाने गर्नाले सबै मूत्र विकारहरू नाश हुन्छन् ।

अमलाको रस खानाले पिसाब राकिएको खुल्छ ।

अथवा- काँक्रो, काँक्राको बियाँ खानाले पनि पिसाब रोकिएको खुल्छ ।

अथवा- मेवाको जरा कुटेर त्यसको रस खानाले पनि पिसाब खुल्छ ।

अथवा- मोहीमा १/२ मासा जवाखर र चिनी मिलाई पिउनाले पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- २ तोला घिउमा १ तोला शखर मिलाई खानाले रोकिएको पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- केटाकेटीहरूको पिशाव बन्द भयो भने त्रिफला, मरीच, सुकमेल र सिधेनून यति मसिनु गरी पिंधेर मह र मिश्री मिलाई चटाइदिए पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- भिर्कौलाको जरा, भृंगीराज, घोडटाप्रे र बोहरीको बोक्रा थिचेर खानु र पाइएमा नौसादर घोटेर नाभीस्थानको वरिपरि लगाइदिएमा धेरै फाइदा गर्दछ ।

अथवा- अमलाको रस खानाले पिशाव रोकिएको खुल्दछ ।

अथवा- काँक्रो या काँक्राको बियाँ पिसी पानीसँग खानाले पिशाव रोकिएको खुल्दछ ।

अथवा- मेवाको जरा धोई कुटेर त्यसको रस खानाले पनि पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- कागतीलाई बिचमा नछुट्टिने गरी काटेर त्यसको गेडा झिकेर फालिदिनु र त्यसमा कलमी सोडा हालेर बन्द गर्नु र आगोमा तताई नाभीको वरिपरि दलिदिनु । एकक्षण पछि पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- पाकेको फर्सीको रसमा जवाखार ३/४ मासा मिलाई पिउनाले रोकिएको पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- मूलाको वीउ २ मासा पिसेर चटनी जस्तो बनाई १ माना पानी मिलाएर खानु पिशाव खुल्दछ ।

अथवा- रायोको फल कम्मरमा बाँधी, मूत्रेन्द्रियका मुखमा अलिकति कपूर राखिदिनु फाइदा गर्दछ ।

अथवा- कुभिण्डाको बिऔं र काँक्राको वियाँ पिंधेर अमलाको रसमा मिलाई नाभी वरिपरी चन्दन जस्तो बाक्लो गरी लेप लगाइदिनु पिशाव खुल्दछ।

पथ्य- हलुका दाल, भात, तर्कारी, दूध, मोही पथ्य छ। गरिष्ठ चीजहरू र रोटी, चिया, आलु, चना, मासु आदि केही पनि दिनु-खानु हुँदैन।

पिशावबाट रगत आएमा

१ तौला वरको ताजा हरियो पात, आधा माना पानीमा पिसनु र छान्नु। बिहान बेलुकी रोगीलाई पिलाउनु पिशावबाट रगत आउन बन्द हुन्छ।

पिशाव पोलेमा

पिशाब पोलेको छ भने वा तुरतुर् आइरहन्छ भने अंगूरको रस खाने गरेमा त्यस्तो रोग ठिक हुन्छ।

पिसाब तुर-तुर आइरहन्छ भने अंगूरको रस खाने गरेमा त्यस्तो रोग ठीक हुन्छ।

अथवा- तुलसीको प्रशस्त पात चबाएर खाने गर्नाले पिशाब पोल्नबाट बचाउँछ।

पिसाब गर्दाखेरि मूल नलीमा पोल्छ भने तुलसीको पात चपाएर खाने गर्नाले त्यस्तो पोल्नबाट बचाउँछ।

पिनाससमेत भई कपाल दुखेमा

कूट, अरेंठको जरा, सुठो यी ३ थोक मोहीमा पिसेर तताउनु र निधारमा लगाउन्।

अथवा- प्रतिश्याम तैल :- सिन्को वा कप्टेरोमा बेरेको कपासमा भिजाइ नाकमा राख्ने गर्नाले कीरा परेको, रगत पीप बग्ने भयङ्कर पिनास समेतको शिरको दर्द अति चाँडो हटाउँछ ।

विंही, कण्टकारी, असुरो, फूलचिसो (चुहाबुटी), यी ५ बुटीको पञ्चाङ्ग एकत्र गरी पिसी पानी छानी राखी आगामा पकाउनु, जब खोटो जस्तो हुन्छ तब उतारी अमला जत्रो गोली बनाएर नित्य १ गोली खानाले बिग्रेको पिनास र शिरदर्द आराम हुन्छ ।

अथवा- एक हात लामो आधा इञ्च जति मोटो धागो बाटेर बनाउने र नाकको प्वालबाट छिराएर मुखबाट निकाल्ने । तल माथि टुप्पामा दुई हातले समाउने र एक मिनेट जति तल माथि गराउने, यो क्रिया गर्ने गरेमा बाह्र वर्ष पुरानो पिनास भए पनि ठिक हुन्छ ।

पित्त ज्वरोमा

३ मासा कागतीको रसमा आधा माना मिश्रीको चास्नी मिलाई तताएर खानु पित्त ज्वरो हट्दछ ।

पिडौँला फर्किने रोगमा

कुट र चरिअमिलीको रस २/२ मुठिमा साढे २ तोला सिधेनून मिलाएर तिलको तेलमा हालेर पकाउनु । आवश्यकतामा - पिडौँला फर्कदा लाउनु निको हुन्छ ।

पीप बगिरहने घाउमा

निमको बोक्राको खरानी लगाउने गरेमा पीप बगिरहने घाउ ठीक हुन्छ ।

पुरानु आउँ भएमा

अफिम १/४ लाल, निलोतुथो १/८ लाल, कपूर १/४ लाल र बाक्लो गुँद चाहिने जति मिलाएर गोली बनाउनु, दिनको २ पटक बिहान बेलुका खांनु।

अथवा- फिटकिरीको धूलो ३ मासा, मसिनो चामल अथवा गहुँको पीठो पानीमा पकाएर सेलाए पछि पचकामा राखी मलद्वारमा बिस्तारै सो पानी हालिदिनु फाइदा गर्दछ।

पुरुषत्त्व बढाउनमा

दूधमा मह मिलाएर पिउनाले पुरुषत्व बढ्दछ, वीर्य दोष नष्ट हुन्छ र नयाँ रगतका कण बन्दछन्।

पुरुष वशीकरण

तुलसीदल, सेतो सर्स्यूं, धतुरो, अपामार्ग, तिलको तेलमा खूब पिसेर लेप जस्तो बनाउनु र समागमका समयमा पुरुषले थाहा नपाउने गरी योनीभित्र लगाई संभोग गराउनु (गर्नु) त पुरुष अतिवश्य हुन्छ र तन, मन, धन स्वास्त्रीमा अर्पण गर्दछ।

(जसका लोग्ने आफूदेखि मन मुटाव हुन लागेको छ अथवा अरू स्त्रीहरूसँग पल्केको छ भने त्यस्ता) का लागि यो प्रयोग गरे लाभदायक हुन सक्दछ)।

पुत्र प्राप्तिको लागि

पुष्य (तिष्य) नक्षत्रमा लक्ष्मणाको जरोको फेदमा पूजा गरी त्यसपछि सो जरा उखेल्नु। अनि त्यसलाई पखाली घिउकुमारीको

गुदीमा पिसेर गाईको दूध र घिउ मिसाई ऋतुकालको स्नान पछि पूर्वतिर फर्केर सेवन गर्नु अनि ६-८-१० या १२ औं रात्रीमा सम्भोग गर्नु छोरो पैदा हुन्छ।

अथवा- बरको वृक्षको ईशान्य कोणमा रहेको शाखाको २ वटा मुन्टा, मास दाना २ र सेतो सर्स्यूको दाना २ यी सबैलाई एकत्र गरी पिसेर दहीमा मिलाएर पुष्य (तिष्य) नक्षत्रपारी सेवन गर्नाले पुत्र पैदा हुन सक्दछ।

अथवा- गर्भिणीको स्त्रीको दूधमा पलाँशको एक पात पिसेर सेवन गर्नाले रूपवान् पुत्र जन्मन सक्दछ।

पेट दुखेमा

अदुवाका रसमा ज्वानु भिजाई सुकाउनु, पेट दुखेको बेलामा खानाले फाइदा गर्दछ।

अथवा- अदुवालाई घ्यूमा भुटेर अलिकति नून मिलाई खानु, अपानवायु खुला भइ पेट दुखेको निको हुन्छ।

पेट फुल्ने रोगमा

विरेनून १ ग्राम र ज्वानो ५ ग्राम मिलाएर खानु। अलि अलि भुटेर पिसेर धूलो बनाएर तातो पानीसँग खानु लाभदायक छ।

अथवा- सुठो, काली मिर्च (मरीच), हिङ, ज्वानो बराबर मिलाई पिसेर एक चम्चा तातोपानीसँग खानाले पेट फुलेको सञ्चो हुन्छ।

अथवा- त्रिफला तातोपानीसँग आधा तोलाको दरले केही दिनसम्म खाने गर्नाले पेटका सामान्य रोगहरू सञ्चो हुन्छ।

यसबाट अझ राम्रोसँग लाभ लिन चाहेमा बेलुका तामाका भाँडामा भिजाई भोलिपल्ट बिहान सो त्रिफला-पानी सेवन गर्नाले

आँखाको तेज बढ्नुका साथै अरुची, मन्दाग्नी र पित्त विकृत भई उत्पन्न भएका प्रायः धेरै रोगहरूबाट छुट्कारा पाइन्छ।

पेटको जुकाको औषधि

पलाँशको फूल-फल-कोपिला वा बोक्रा जे पाइन्छ त्यसलाई सुकाएर कुटी मैदा (महिन) गरी औषधीको दोब्बर गुड मिसाई गोली बनाएर राख्नु अनि दिनको ३/४ पटक खानु।

अथवा- निमको पात र बोक्रा कुटेर त्यसको रस खानाले जुका चुर्ना मर्दछन्।

अथवा- बिमिराको सुकेको बोक्रा को, एक तोलाको काढा बनाएर पिउनु जुका नष्ट हुन्छ।

अथवा- कागतीको बियाँ धूलो पारेर पानीसँग खानाले पनि जुका मर्दछन्। २ पटक खानाले जुका भए दिशाबाट आउने छ। ४-५ दिनसम्म लगातार सेवन गर्नु।

प्रमेह (धातुमा) रोग

प्रमेह रोग अनेक प्रकारको हुन्छ। सामान्यरूपले पिसाब धेरै हुनु, मैलो र लस्सादार हुनु यस रोगको सामान्य लक्षण हो। जसरी पेटको रोगमा दिसा लगाएर पेट सफा गरेर औषधी दिनाले छिटो लाभ हुन्छ, त्यस्तै सूजन र प्रमेहमा इन्द्रिय जुलाफ अर्थात् पिसाब सफा गर्ने औषधी दिएपछि प्रमेहको औषधी दिनाले शीघ्र लाभ हुन्छ। पिसाब सफा गर्ने औषधी पछि लेखिन्छ।

जब अधिक पिसाब भएर मूत्रनली सफा हुन्छ, वीर्यको गर्मी निक्लन्छ अनि औषधी दिनुपर्छ। रोगीलाई पहिले दुध, घिउ आदि अधिक पौष्टिक पदार्थ दिनु हुँदैन, त्यसले प्रमेह झन् बढ्दछ। प्रमेह

ठीक भएछि धातुपुष्ट औषधी र पदार्थ दिनुपर्छ । इन्द्रिय जुलाफपछि एक पाउ दूधमा २।। तोला 'कास्टर आयल' मिलाएर पिउनाले पेट सफा हुन्छ र त्यसपछि हलेदो चूर्ण महमा अथवा त्रिफला चूर्ण महमा मिलाएर खानाले धेरै प्रमेह रोगी ठीक भएका छन् । मह र शिलाजित प्रमेह रोगमा अति लाभदायक छन् । महमा मिलाएर जौको सत्तु खानु एकदम लाभदायक छ । जब प्रमेह रोगीको पिसाब सफा भएर लस्सारहित हुन्छ तब रोग ठीक भएको सम्झनुपर्छ ।

गन्धकलाई गाईको दूधमा शोधन गरेर मिश्रीमा मिलाएर सेवन गर्नाले वीर्यक्षय र प्रमेह निश्चय नै ठीक हुन्छ । अग्निबल अनुसार ३ देखि ६ मासासम्म समभाग मिश्रीमा मिलाएर धारोष्ण गाईको दूधसाथ ३ महिनासम्म सेवन गर्नुपर्छ प्रमेह निश्चय नै ठीक हुन्छ ।

अथवा- त्रिफलाचूर्ण (हर्रो एक भाग अमला ३ भाग) ३ मासादेखि एक तोलासम्मको मात्रा हुन्छ । युवा पुरुषको लागि एक तोला महसँग एक तोला त्रिफला ६ मैन्हासम्म सेवन गर्नुपर्छ ।

अथवा- हलेदो चूर्णमा मह र अमला मिसाएर खानाले पनि प्रमेह ठीक हुन्छ ।

अथवा- नीमको रुखमा चढेको गुर्जोको लहरा ल्याएर कुटेर कपडामा राखेर निचोर्नु; १॥ तोला रसमा १ तोला मह, एक तोला हरिद्रा चूर्ण मिलाएर एक महिनासम्म सेवन गर्नाले प्रमेह निश्चय नै ठीक हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध भिटामीन, बंगभष्म, सानो अलैंची, नीलवर्णको वंशलोचन समभाग लिएर महसँग खल गरी २-२ लालको गोली बनाई बिहान-बेलुका आफ्नो अग्निबल अनुसार १ या २ गोली खाएर पछि गाईको धारोष्ण दूध पिउनु प्रमेह, बहुमूत्र, कमजोरी, धातुविकार नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सिमलको बोक्राको रस मह र हलेदोसँग खानाले सबै प्रकारको प्रमेह नष्ट हुन्छ । यदि यससँग १-२ लाल बंगभष्म पनि खाए झन् वेश हुन्छ । जवान पुरुषको लागि १-२ लाल बंगभष्म ६ मासा महमा मिलाएर खाएपछि २ तोला सिमलको बोक्राको रसमा एक तोला मह र २ मासा मासा हलेदो चूर्ण मिलाएर पिउनुपर्छ । यो परीक्षित औषधी हो । जौको रोटी महसँग खानाले प्रमेह रोगमा लाभ हुन्छ ।

अथवा- बबुलको कमलो कोपिला १ तोला पिनेर समभाग मिश्री मिलाई खानु र पछि पानी या बाख्राको दूध पिउनू, २१ दिनसम्म खानु प्रमेह र स्वप्नदोष ठीक हुन्छ । यदि हरियो पाइएन भने सुकेको आधा मात्रामा राख्नुपर्छ । चार मासाको मात्रा गर्नुपर्छ । बबुलको बीज न लागेको कोसा पनि प्रमेहनाशक छ । मात्रा ६ मासा समभाग मिश्रीमा मिलाएर दूधसँग खानु ।

अथवा- सेतो सिमलको कन्द सुकाउनु, मसिनो गरी कुटी, पिनी चूर्ण बनाउनु । सधै बिहान ६ मासा चूर्णमा एक तोला घिउ, ६ मासा मिश्री, ३ लाल जाइफलचूर्ण मिलाएर खानाले प्रमेह नष्ट हुन्छ, बलवीर्य बढ्दछ । यदि सेतो सिमलको कन्द पाइएन भने सिमलको बोक्राको चूर्ण सेवन गर्नुपर्छ ।

अथवा- सफा ढुंगामा थोरै पानी हाली निर्मलीलाई चन्दनजस्तै घोट्नु र त्यसको दुई मासा रसमा ६ लाल मरीच मिलाएर चाट्नाले समस्त धातुरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- आधा पाउ सफा गहुँ राती पानीमा भिजाउनु र बिहान सिलौटामा पिन्नु, मिश्री मिलाएर कपडछान गरी २१ दिनसम्म पिउनु प्रमेहलाई राम्रो फाइदा गर्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) र हाथाजोडी (हिन्दी) कुटेर

शतावरीको रसमा २१ पटक भावना दिनु अर्थात् रसमा भिजाउनु र मल्नु, सुकाउनू। सुकेपछि समभाग मिश्री मिलाएर ४ देखि ६ मासातक बिहान-बेलुका तातो दूधसँग खानु। यसले पिसाबको रोग, प्रमेह आदि निश्चय नै ठीक हुन्छ।

अथवा- घिउकुमारीको गुदी आधासेर, हातमा लिई खूब मल्नु, फलामको कराहीमा गाईको घिउ तताउनु, तातेपछि घिउकुमारीको गुदी हाली २०-२५ मिटनेसम्म मन्द आगोमा पकाउनु। केही कडा भएपछि २॥ तोलाका लड्डु बनाउनु। बिहान भोजन अघि आफ्नो अग्निबलअनुसार एक या दुई लड्डु खाएर गाईको दूध पिउनु, ४० दिनमा प्रमेह ठीक हुन्छ। यसको सेवनले हरेक व्यक्ति मोटो र फूर्तिलो पनि हुन्छ, भोक खूब लाग्न थाल्दछ।

अथवा- घिउकुमारको अर्क बनाई त्यसमा दूध, मिश्री या मह मिलाएर पिउनाले प्रमेह नष्ट भएर भोक बढ्दछ। बरवृक्षको फल, पीपलको फल छायाँमा सुकाई पिनेर छान्नु; समभाग मिश्रीमा मिलाएर ९-९ मासा चूर्ण खाएर पछि गाईको दूध पिउनाले प्रमेह नष्ट भएर वीर्य पुष्ट हुन्छ।

अथवा- कालो तुलसीको बीउ ५ तोला ३ मासा, अकरकरा ३ तोला ६ मासा, मिश्री ८ तोला ९ मासा पिनेर छान्नु, १० मासाको मात्रामा एक लाल बंगभष्म या मूगाभष्म मिलाएर खानु र पछि गाईको दूध मिलाएर खानु। बिहान-बेलुका एक महिनासम्म खानाले प्रमेह नष्ट भई बलवीर्य बढ्दछ, शरीर पुष्ट हुन्छ। खुर्सानी, दही, तेल, स्त्रीप्रसंगबाट बच्नुपर्छ।

अथवा- असुराको स्वरस १ तोला, गुर्जोको स्वरस १ तोला, मह एक तोला सबै मिलाई पिउनाले प्रमेह आराम हुन्छ।

अथवा- पीपलको कोपिला, जराको बोक्रा, पीपलको फल

यी ४-४ मासा लिएर २ पाउ पानीमा पकाएर चौथाई भाग बाँकी भएपछि झिकी छान्नु, ठण्डा भएपछि मिश्री र मह मिलाएर पिउनु। यसले धातुसम्बन्धी सबै रोग नष्ट हुन्छ।

अथवा- पीपलको काँचो फल र कोपिला समभाग गरी दुवै बराबर मिश्री मिलाएर चिसो पानीसँग पिउनाले पुरानो प्रमेह, वीर्यको कमी, स्त्रीको श्वेतप्रदर आदि रोग नष्ट हुन्छ र धातु पुष्ट हुन्छ।

अथवा- गुर्जो कुटेर राती एक माटाको भाँडामा पानीमा भिजाउनु। बिहान छानेर मिश्री मिलाई खानु, पछि गाईको तातो दूध पिउनु। ६ महिनासम्म क्रोध, चिन्ता, स्त्रीप्रसंग त्याग्नु, बूढो पनि जवान हुन्छ।

अथवा- सुनपातीको पात सुकाएर चूर्ण बनाउनु, त्यो चूर्ण ६ मासाको मात्रा, २ मासा गुर्जोको चिनी र बाख्राको दूधसँग एक महिनासम्म खानाले प्रमेह आराम हुन्छ।

१ माना भैंसीको ताजा दूधमा १५ तोला वरको दूध मिलाई ७/८ पल्ट घोलधाल गरी पिउनाले प्रमेह, स्वप्नदोष, धातुक्षीणता, धातुसम्बन्धी रोग नष्ट हुन्छ।

अथवा- जौको सातु महकासाथ खानाले १ महिनासम्ममा निको हुन्छ।

अथवा- अमला ४ तोला, हलेदो ४ तोला, मिश्री ४ तोला मिलाई पिसेर राख्नु, त्यसमा ६ मासा झिकी ३१ दिनसम्म बिहान-बेलुकी खाने गर्नाले प्रमेह नाश हुन्छ।

अथवा- नीमको भित्री बोक्राको काढामा मह मिलाई खानाले प्रमेह नाश हुन्छ।

अथवा- सिमलको बोक्रा, गुर्जो, अमला कुटेर रातीमा भिजाई

शीतमा राखिदिनु, बिहान आधा पाउ, पानीमा ३ तोला मह मिलाएर २५-३० दिनसम्म खानाले सबै प्रकारको प्रमेह नष्ट हुन्छ ।

अपथ्य- तेल, पीरो, अमिलो, तातो आदि वर्जित छ ।

अथवा- कलपी मिश्री आधा पाउ, तालमखाना आधा पाउ, घोडटाप्रे आधा पाउ, कमलगट्टा, कमलको फूल आधा पाउ मिलाएर खूब मैदा गरी पिस्नु र वेदनाको रस १ सिसी त्यसमा गोली पार्न ठीक हुने गरी हालेर खलमा खल गरी कुटी मिलिसकेपछि आठ आनाभरको गोली बनाउनु, नित्य १/२ गोली डेढ महिनासम्म सेवन गर्ने गर्नाले अवश्य निको हुन्छ ।

अथवा- सुठो, मरीच, काफल, लसुन एति एकत्र गरी पानीमा पकाई गाढा भएपछि यो क्वाथ पिउने गर्नाले प्रमेह रोग नाश हुन्छ ।

पेचिस रोगमा

पेचिस रोग छ भने १ गिलाँस पुरानो दहीसँग १/२ ओटा पाकेको केरा मिलाएर खाने गरेमा पेचिस रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- तुलसीको पात र सखर खाने गरेमा पनि पेचिस रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- मेथी पिनेर लेप गर्नाले पोलेको घाउ ठिक हुन्छ ।

पोतो चायाँमा

बाख्रीको दूधमा सर्स्यूँ पिसेर मुखमा लगाउनाले पोतो हराउनुका साथै मुखमण्डल उज्यालो हुन्छ ।

अथवा- सुन्तलाको बोक्रो, अनारको फलको बोक्रा जेठीमधु यी सबै एकत्र गरी मन्द घाममा सुकाई कुटी धूलो पार्नु । अनि मह

र कागतीको रसमा फेटी निधार (मुहार)मा लगाउनाले पोतो जानुका साथै मुखमण्डल चम्किलो हुन्छ ।

अथवा- आँकको दूधमा बेसार पिसेर लगाउनाले नयाँ पुरानो पोतो जान्छ - हराउँछ ।

अथवा- जेठीमधु पिसी सोको धूलो महमा फेटी लगाउनाले पोतो जान्छ ।

अथवा- जाइफल पानीमा पिसेर लगाउनाले पोतो जान्छ ।

अथवा- आँपको खोया र जामुनाको बीयाँ पानीमा पिसेर लगाउनाले पोतो-चायाँ हराउँछ ।

अथवा - तुलसीको सुकेको पातलाई पानीमा पिसेर दल्ने - लगाउने गर्नाले कालो दाग हराउँछ ।

अथवा- मसुराको दाल कागतीमा पिसेर लगाउने गर्नाले पोतो - चाजाँ हराउँछ ।

अथवा- बेसार र कालो तील दूधमा पिसेर लगाउने गर्नाले पोतो जान्छ ।

अथवा- लालचन्दन, मंजीठो, लोध, कूट, फूलप्रियंगु, को मुन्टा मसुरो यी सबै चीज बराबर भाग लिई एकत्र गरी पानीमा पिसनु र मुखमण्डल (मुहार)मा लगाउनु, साबुनको प्रयोग नगर्नु । धुनुपर्दा मनतातो पानीले धुनु । यसरी १०-१५ दिनसम्म लगातार लगाउने गर्नाले निधार खूब उज्यालो देखिन्छ । यो औषधि अति नै उपयोगी छ, बेकार जाँदैन ।

प्यासशान्तिको उपाय

यसमा गला, तालु, ओठ, मुख सुक्दछ । चौलानीमा मह मिलाएर पिउनाले प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा- महलाई केही बेर मुखमा राखेर कुल्ला गर्नाले प्यास र दाह शान्त हुन्छ ।

अथवा- पुदीना एक तोला ठूलो अलैंचीको दाना ६ मासा, ल्वांग ५ दाना सबैलाई २॥ पाउ जलमा पकाएर ठण्डा गरी छानेर रोगीलाई यसको जल अलिअलि गरेर पिलाउनाले वमन र प्यास शान्त हुन्छ ।

फियो बढेमा

छिउँकेझारको पात सुकाई १ मासा देखि ३ मासासम्म सेवन गर्नाले फियो बढेको निको हुन्छ । यस औषधीले गर्मी गर्न सक्छ, अतः मिश्री काढासँग खानु फाइदा गर्दछ ।

अथवा- २ तोला सिमलीका पातको रस गोमूत्रमा मिलाई प्रतिदिन बिहान बेलुकी खाने गर्नाले फियो बढेको र कलेजोसम्बन्धी रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- सिमली र भृङ्गिराजको रस १ तोला पिउनु ।

अथवा- बिहान खालि पेटमा ३ दाना कागतीको रस मिलाई १ गिलाँस पानी उभिएर खानु । फियो बढेको निको हुन्छ ।

अथवा- कागतीको अचार नित्य खानाले पनि फियो बढेको सञ्चो हुन्छ ।

अथवा- घिउकुमारीको गुदी २ तोलामा, सिधेनून मिलाएर १ महिनासम्म प्रतिदिन बिहान बेलुका खाने गरेमा निको हुन्छ ।

अथवा- कलमी सोडा एक पाउ, कालोनून एक पाउ, नौसादर एक पाउ सबै कुटेर एक हाँडीमा राखेर त्यस हाँडीमाथि अर्को हाँडी राखी डमरू यन्त्रको तरिकाले दुवैलाई कपडा मिट्टी गरी संपुट गरेर सुकाउनू । अनि यो दुवै हाँडीलाई केही टेढो गरी खाली हाँडीलाई

पानीमा राखिदिनू । र दोस्रो हाँडीको तल चार वटा बत्तीको आँच सात घंटासम्म दिनू, ठन्डा भएपछि निकाल्नू । सबै औषधी मिलेर तेल जस्तो हुन्छ । २ थोपाको मात्रा गरी नित्य प्रातः कालमा सेवन गर्नू । हरियो साग आदि न खानू, घिउ, मखन आदि धेरै खान दिनू । दोस्रो दिनदेखि कालो दिसा हुन्छ र रोग विस्तारै आराम हुन्छ ।

फोक्सो सुनिएकोमा

१ तोला सिमलीको पातको रस अथवा – काढा ३/४ लाल जति पिपलाको धूलो मिलाएर खान दिनु र सिमलीको पातले छाती सेकिदिनु छिटो आराम हुन्छ ।

फोडा फुन्सीमा

बकाइनाको फूल पिनेर लेप गर्नाले फोडा फुन्सी सबै नाश गरिदिन्छ ।

बङ्गारा दाँत दुखेकोमा

खुर्सानी, मरीच, २ वटा कागतीको रसमा पानी मिलाई तताएर कुल्ला गर्नाले दाँतको पीडा नष्ट हुन्छ ।

अथवा- मरीचको धूलो र कपूर मिसाई दाँत माझनाले दाँत दुख्ने, हल्लिने, कीराले खान लागेको, गींजा पाकने समेत रोग नष्ट हुन्छ ।

बङ्गारो र कान दुखेमा

तीन तोला तीलको तेल तताएर एउटा खुर्सानी हालि दिनु र खुर्सानी डढेपछि तेल निकाल्नु र सेलाएपछि छानेर राख्ने । कान वा दाँतमा

राख्ने बेलामा मनतातो पारेर दुवै कानमा दिनको २ पल्ट २/४ थोपा हाल्ने गरेमा कान र बङ्गारो दुवै ठिक हुन्छ ।

बहिरोपनमा

मूलाको पहेंलो पातको रस ५ तोला, तिलको तेल वा तोरीको तेल मिलाई मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु । तेल मात्र बाँकी रहेपछि छानेर शिशीमा राख्नु, ३-३ थोपा मनतातो पारी कानमा हालिदिनु, केही दिनमा बहिरोपन नष्ट हुनुका साथै कानका सबै रोग नाश हुन्छन् ।

बहुमूत्र रोगमा

बलुका जराको चूर्ण ५ मासा, भर्लाको बोक्राको चूर्ण मासा ५, मिश्री ५ मासा, गाईको दूध ५ मुठी मनतातो पारी एकै ठाउँमा मिसाई खानाले बहुमूत्र रोग निको हुन्छ ।

अथवा - त्रिफलाको चूर्ण ३ मासा, कात्तीसार ३ मासा र लौह भस्म १ लाल मिसाई खानाले पनि निको हुन्छ ।

केही बालरोगहरू

स्वास्थ्यसम्बन्धी मुख्य-मुख्य नियम तथा सामान्य ज्ञान संक्षेपमा वर्णन गरिएको छ । यी सबै कुराको जानकारी र यस अनुसार आफ्नो स्याहार, आहारविहार बाल्यकालदेखि नियमित गर्‍यो भने मनुष्य निश्चय पनि निरोगी तथा दीर्घजीवन प्राप्त गर्न सक्तछ । यसपछि मुख्य मुख्य रोगहरूको केही अनुभूत योगहरू अनुभवी महात्मा, वैद्य आदिबाट समय समयमा प्राप्त गरिएका लेखिएका छन् । यसको परीक्षा गरेमा अवश्य लाभ हुनेछ ।

बालकहरूको कृमी

धेरै गुलियो खानाले बालकहरूको पेटमा जुका पर्दछ । जुकाले गर्दा सुतेका बालकहरू झस्कन्छन् र रुन्छन् । मलद्वार रातो हुन्छ, सुन्निन्छ । दिसा लाग्छ, पेटमा पीडा हुन्छ । शरीर पहेंलो या सेतो हुन्छ । बालक दुब्लाउँदै जान्छ । दूध पिउनासाथ वमन गर्दछ । प्यास बढ्छ ज्वरो बढ्छ ।

यसको लागि प्याजको रस पियाउनाले बालकको जुका मर्दछन् । अजीर्ण आदि समस्त रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- काउसोको जरा पानीमा घोटेर थोरै हिङ्ग मिलाएर खान दिनाले पेटका जुका निश्चय नै मर्दछन् ।

अथवा- आधा लालदेखि २ लालसम्म एलुआ मुसब्बर आमाको दूधमा घोटेर चटाउनाले बालको कृमिरोग र पूटको रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- मंडूर भष्म तथा वायुविडंग चूर्ण समभाग लिएर महमा चटाउनाले बालकको पेटको जुका मर्दछ ।

बालरोगको औषधी

नागरमोथे, अतीस, पीपल, काकडसिंगी यी चार चीज पिनेर छान्नु, यो चूर्ण महमा मिलाएर चटाउनाले बालको ज्वर, अतिसार, खोकी, वमन, श्वास आदि रोग आराम हुन्छ । बालकहरूको लागि यो अनुभूत अमोघ औषधी हो । अतीत बालरोगमा अद्‌भूत अमोघ औषधी हो, बालकहरूको हरियो-पहेँलो दिसा भएमा, दूध वमन गरेमा, ज्वर या सुखा रोगमा सफल औषधी हो ।

बालकको हिक्का र खोकी

कटुकीको चूर्ण महमा मिलाएर चटाउनाले हिक्का ठीक हुन्छ ।

अथवा- अतीसलाई महमा मिलाएर चटाउनाले बालकको ज्वर र खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- धनिया र मिश्री मिलाएर चौलानीसँग पियाउनाले खोकी र श्वास ठीक हुन्छ ।

अथवा- दाख, पीपला, सूठो यसको चूर्ण घिउ र महमा मिलाएर चटाउनाले खोकी आराम हुन्छ ।

बालकको वमन

कटुकी को मसिनो चूर्ण महमा मिलाएर चटाउनाले बालकको पुरानो वमन र हिक्का ठीक हुन्छ ।

अथवा- जेठीमधु र पीपल पिनेर कागतीको रसमा मिलाएर चटाउनाले या गेरुलाई महमा मिलाएर चटाउनाले बालकको धेरै रुने-कराउने रोग निको हुन्छ ।

अथवा- भूतकेशी को धूप दिनाले र यौटा जरो घाँटीमा बाँधिदिनाले बालकहरूको राती रुने र डराउने रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- अनारको रस पिउन दिए बच्चाहरूको वान्ता आउने ठिक हुन्छ ।

बालकको तालुकंटक रोग

यस रोगमा बच्चाको तालु तल लट्किन्छ, शिरमा खाल्टो जस्तो पर्छ र बालकले दूध पिउँदैन । हर्रो, वच (बोझो) र कूट पानीमा पिनेर लेदो बनाई आमाको दूध वा चौलानीसाथ पियाउनाले यो रोग आराम हुन्छ ।

बालकको नाभि पाक्ने र सुन्निने

माटाको डल्लोलाई आगोमा पोलेर दूधमा डुबाएर त्यसले नाभिमा बिस्तारै लेप गर्नाले नाभि सुन्निएको निको हुन्छ।

अथवा- श्रीखण्डको मसिनो धूलो नाभिमा छर्किनाले नाभि सुन्नेको निको हुन्छ, पाक्ने आराम हुन्छ।

अथवा- बाख्राको बड्कौला जलाएर त्यसको खरानी नाभिमा लगाउनाले नाभि पाक्ने आराम हुन्छ।

बालकको सुख्खा रोग

जुन बालक दुर्बल छ, जठराग्नि अत्यन्त तेज छ र निरन्तर भोक लागी चिच्याइरहन्छ उसलाई बिदारीकन्द,गहुँ र जौको पीठो यी तीन चीज घिउमा मिलाएर खुवाउनुपर्छ, पछि मह र मिश्रीसँग दूध पियाउनु।

बालकको करंगको रोग

यो रोगमा ज्वरो र खोकी हुन्छ, करङ्ग दबिन्छ। यो रोग दुई प्रकारको हुन्छ- यौटामा मल रोकिन्छ र ज्वरो पनि हुन्छ। यसमा बनफसा या दाख आदिद्वारा छिटो मल निकाल्नुपर्छ। दोस्रो किसिमकोमा कफको प्रकोप हुन्छ, ज्वर र उर्ध्वश्वास हुन्छ। कबीला ८ मासा र हिंग एक मासा पिनेर दहीमा खल गरी मरीच जत्रो गोली बनाई दूध पिउने बालकलाई एक गोली तातो पानीसँग दिनुपर्छ। ठूलो बालकलाई यो भन्दा केही बढी दिनुपर्छ। यसले यो रोग निको हुन्छ। बालकको पेटमा कैस्टर आयल मलेर नीम या अरेण्डको पात तताएर बाँधिदिनाले पनि यो रोग निको हुन्छ।

अथवा- प्याजको रस ३॥, ब्राण्डी १॥ तोला मिलाएर शीशीमा कर्क बन्द गरी भरिदिनु, एक या दुई हप्तापछि छानेर अर्को शीशीमा राख्नु, आवश्यकतानुसार २० थोपादेखि ४० थोपासम्म आमाको दूध या अन्य दूधमा मिलाएर पियाउनू । यसले बालकका धेरै रोगलाई फाइदा गर्छ ।

केटाकेटीको बेथा-मोचको औषधी

कटैयाको जरो, रुदिधाको पात-जरो कुटेर छानेर खान दिनु । (कटैयाको-चोट लागेको ठाउँमा खोटो आउँछ, त्यो) खोटो आमाको दूधमा घोटेर प्रतिदिन २ टायम १ चंचाको दरले ख्वाउनाले निको हुन्छ । त्यो बेथामा कस्तुरी, सिद्धप्राणेश्वर महमा मिलाई चटाउँदामा पनि फाइदा हुन्छ ।

यो बेथामा सर्दी ज्यादा भयो भने कोखा हान्ने र आँखा नचाउने पनि गर्दछन् ।

प्रसव-व्यथामा

१ तोला धर्जेंराको फूल र मिश्रीको काढा पकाई पिउनाले प्रसूतीको पीडा कम हुन्छ ।

बालकको पेटको रोग

यदि बालकको पेटमा जुका या अपच छ भने प्याजको रस निकालेर पियाउनु । यदि अजीर्ण छ भने कागतीको रसमा केशर घोटेर चटाउनु । यदि पेटमा मल सुकेको छ भने कागतीको रसमा जाइफल घोटेर चटाउनु । यदि पेटमा जुका छ भने केशर र कपूर एक एक रायोको परिमाणमा खुवाएर दूध पियाउनु । यदि बालकको

पेटमा माटो छ भने पाकेको केरा महमा मिलाएर खुवाउनु ।

बालकको आँखाको रोग

यदि बालकको आँखामा फुलो परेको छ भने आमाको दूधमा रातीगेडी घोटेर अंजन गर्नू ।

अथवा- प्याजको रस आँखामा हाल्नु । यदि रतौंधी छ भने प्याजको रस आँखामा हाल्नु या अदुवाको रस आँखामा हाल्नु या हुक्काको पानी आँखामा हाल्नु या मरीच थुकमा घोटेर लगाउनू ।

बालकको तोतेबोली भएमा

ब्राह्मीको ताजा पात २१, मरीच ५ घोटेर एक महिनासम्म नित्य पियाउनु, यसले जिभ्रो पातलो हुन्छ र कमलो हुन्छ । गुड र प्याज मिलाएर केही दिन खुवाउनाले बालक छिटै बढ्दछ । नौनी र छोहरा खुवाउनले बालकको चैतन्य बढ्दछ ।

बालकले कान कम सुन्नु

कुनै कारण नभै कानले कम सुनिन्छ भने सफेद खयर कपडामा छानी तातो पानीमा मिलाएर पिचकारीद्वारा कानमा हाल्नु, पछि कान धोएर सफा गर्नु । यदि कुनै घाउको कारण वा बिफरपछि बहिरो भएको छ भने राति छोहरा पानीमा भिजाइदिनु दिसा साफ हुन्छ ।

बालकको पेट साफ गर्नुपरेमा

यदि बालकको पेट सफा गर्नु छ भने राति छोहरा पानीमा भिजाइदिनु, बिहान त्यही पानीमा मलेर निचोर्नू, छोहरा फ्याँकिदिनु, पानी पियाउनु दिसा साफ हुन्छ । यदि बालक कमजोर छ भने

तागतअनुसार ३ मासादेखि तीन तोलासम्म छोहरा निकालेर पिन्नु र कपडामा राखेर रस निकाल्नु । यसरी नित्य दिनमा २ पटक पियाउनु, बालक बलवान् हुन्छ । एक महिनाभन्दा कम उमेरको बालकलाई यो रस न पियाउनु ।

बालकको हुपीङ कफ (लहरे खोकी)

यसको दुई अवस्था हुन्छ । पहिलो अवस्था आठ-दश दिनसम्म रहन्छ । यस अवस्थामा थोरै ज्वरो हुन्छ, सुखा खोकी चल्छ । खोक्दा खोक्दा बालकको मुखको रंग बदलिन्छ । दोस्रो अवस्थामा पहिलेको जस्तो खोकी रहँदैन । खोकी उठेपछि जबसम्म कफ निक्लँदैन या वमन हुँदैन तबसम्म बालक एकदम बेचैन रहन्छ । यस बेला बालकको आँखा लाल लाल हुन्छ । कसैको नाकबाट रगत पनि आउँछ । यस रोगको अवधि ४५ देखि ९० दिनसम्म हुन्छ । अवधि पुरा नभई यो रोग प्राय: पूर्णतया ठीक हुँदैन ।

अतीस, काकडसिंगी, दालचिनी, अलैचीको बियाँ समभाग लिएर पिनेर छान्नु । एक लाल चूर्ण एक मासा महमा मिलाएर चटाउनाले कफ निस्केर खोकीको कष्ट आराम हुन्छ ।

अथवा- हलेदी, दालचिनी, वायुविडंग, नागकेशर हरेक ३ मासाको गेडाजत्रो गोली बनाउनु । बालकको अवस्थाअनुसार एक या आधा गोली महमा मिलाएर खान दिनु । यसबाट कठोर खोकी पनि निको हुन्छ ।

अथवा- बर्रोको बोक्रा र बदामको बोक्राको काँढा बनाउनु । फेरि छानेर मिश्री मिलाएर पकाउनु । जब केही गाढा जस्तो हुन्छ, त्यसमा सानो पिपला पिनेर मिलाउनु । यो नित्य अलिअलि चटाउनाले लहरे खोकी ठीक हुन्छ ।

बच्चाको टाउकामा घाउ खटिरा भएमा

तामाको भाँडामा एकमाना जति दही हालेर तीन दिन राख्ने र त्यही दहीले नुहाइदिए टाउकाको घाउ खटिरा निको हुन्छ।

बच्चाहरूलाई सर्दी लागेमा

बच्चाहरूलाई सर्दी लागेको छ भने जाइफल घोटेर दूधमा मिलाएर ख्वाउनाले बच्चाको सर्दी ठीक हुन्छ।

बच्चाको पेट फुलेमा

तुलसीको पातको रस मनतातो तताएर दुई चम्चाको दरले दिनमा २ पटक ख्वाउने गरेमा बच्चाको पेट दुख्नबाट बचाउँछ।

बच्चाको पेट फुलेर दिशा राम्रो नभएमा

तुलसीको रस र पानको रस सहन सक्ने गरी तताएर दिनमा २ पटक २/२ चम्चा खुवाउने गर्नाले पेट दुख्ने र दिशा बिग्रेको दुवै ठिक हुन्छ।

बच्चाको कान दुखेमा

तुलसीको पातको रस सहन सक्ने गरी तताएर २/४ थोपा कानमा हालिदिने गरेमा कानको रोग ठिक हुन्छ।

बालकको अतिसारको औषधी

कलिलैमा बेलको फल तोडेर काट्नु र सुकाएको टुक्रा र धयेंराको फूल र सालधूप कुटेर-पिसेर समान भाग मिलाएर खान

दिनु। पाइएमा वंशलोचन पनि मिसाउनु। १०-१५ दिनसम्म १ तोलाको मात्रा गरी दिनु निको हुन्छ।

बालकलाई दिसा लागिरहेमा

राम्रो केशर ¼ लाल घिउमा मिलाएर चटाउनू, दिसा बन्द हुन्छ।

अथवा- बेलगिरी एकमासा र खयर १ मासा मसिनो गरी पिनेर राख्नु। त्यसवाट ४-४ लाल आमाको दूधसँग खान दिनू बालको दाँत आउने बेलाको दिसा लाग्ने ठीक हुन्छ।

अथवा- अतीसलाई आमाको दूधमा घोटेर दिनमा २-३ पटक खान दिनु ठीक हुन्छ।

अथवा- बेलगिरी सुठो, जाइफल, नागकेशर, ठूलो अलैंची, समभाग गरी पिनेर छान्नु फेरि खलमा राखेर पोस्त दानाको काठसँग घोट्नू, चना जत्रो गोली बनाई बालकको उमेर अनुसार आधा या एक गोली आमाको दूधसँग ख्वाउनाले दिसा लागेको ठीक हुन्छ।

बालकलाई धनुर्वात भएको औषधि

आँखा नचाउने, आकाशतिर हेर्ने, थर्थरी काँप्ने रोगलाई धनुर्वात भन्दछन्। यो रोग केटाकेटीहरुलाई मात्र हुन्छ। यो रोग देखा परेमा आमाको दूधमा बोझो घोटेर बाक्लो चन्दन जस्तो बनाई अलिकति खानु दिनु। अलिकता (बाँकि रहेको) तालुमा, नाभिमा, हत्केलामा, पैतालामा लगाइदिनु, निको हुन्छ।

बालको दाँत आउने समयमा कष्ट

शिरस (शिरीष) को बियाँको माला बनाएर बालकको गलामा लगाइ दिनू। यसले बालकको दाँत सजिलै निस्कन्छ।

अथवा- कपूरको चक्कीको माला बनाएर लगाइदिनाले पनि सजिलै निस्कन्छ ।

अथवा- कौडी भस्म महमा मिलाएर गिंजामा मल्नाले पनि बालकको दाँत सजिलोसँग निस्कन्छ ।

बालकको खोकी र श्वासमा

१ मासा धनिआँको धूलो, आधा चौथाई जति चौलानीमा हालेर खान दिनु - खुवाउनु, बच्चाको खोकी र स्वास रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- ६ मासा सुहाग (स्वाग)लाई भुटेर त्यसमा १ तोला मरीच खूब मसिनो पिसेर घिउकुमारीको रसमा मिलाई ख्वाउनाले बालको खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- गाईको घिउ बालकको नाभीमा लगाइदिनाले पनि खोकी आराम हुनसक्छ ।

अथवा- नागरमोथा र मुलेठी बराबर भाग लिएर पिस्नु छान्नु । ४ रत्ती यो औषधीमा १ मासा मह र आमाको दूधमा घोलेर खुवाउनाले बालकको खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- हर्रो भुङ्ग्रामा घुसारी पोल्नु । केही समयपछि निकालेर घाममा सुकाउनु । आवश्यक पर्दा केही टुक्रा मुखमा चुसिरहने गर्नाले खोकी आराम हुन्छ ।

अथवा- हर्रो गहुँतमा पकाई छायाँमा सुकाउनु, खोकी लागेको बेलाको त्यसकै टुक्रा मुखमा लिई चुसी राख्नु ।

अथवा- अनारको बोक्राको धूलो र नून मिलाई चटाइदिनु ।

अथवा- वर्रो आगामा फुराई नूनक साथ घोटी चटाइदिनु ।

अथवा- वंशलोचन, महमा मिलाई खान दिनु ।

अथवा- धनिआँ र मिश्री बराबर पारी २लाल पिंधेर चौलानीका साथ खान दिनु दम, खोकी निको हुन्छ।

अथवा- घ्यूकुमारीको गुदीमा ल्वाङ र मरीच बराबर लिई पिंधेर चनाको जत्रो गोली बनाई खुवाउनाले बालकको खोकी निको हुन्छ।

बालकको पिशाव रोकिएकोमा

कागतीको बिआँ पिंधेर नाभिमा लगाइदिनु, विस्तारै (अलि अलि) चिसो पानी पनि चुहाइदिनु पिशाव खुल्दछ।

ब्याएको गाई भैंसीले बाछा पाडालाई दूध न दिएमा

जुन गाई भैंसीले बाच्छा पाडालाई दूध दिंदैनन्, त्यसको दूध कुनै प्रकारले दुहेर उही दूध, दूध नदिने गाई भैंसीलाई खुवाइदिनु। बाच्छा पाडालाई दूध खान दिन्छ। मानिसलाई पनि दिनसक्छ।

बालिनालिमा कीरा लागेमा

सागपात आदि जुनसुकै विरुवामा कीरा लाग्यो भने गुईंठाको खरानीको धूलो छरिदिनाले कीरा नष्ट हुन्छन्। बालिनालि सप्रिन्छ।

अथवा- गाईको गहुँत छर्किदिनाले सबै कीरा मर्दछन्।

बाथ रोगमा

ज्वानोको तेलले मालिस गर्नाले बाथ रोग ठिक हुन्छ।

बाथ शूलमा

ज्वानो, सिधेनून, हिङ, जवाखर, हर्रोको बोक्रा सबै समभाग

मिलाएर चूर्ण बनाई १/२ चम्चा पानीसँग खाने-गरे मा शूल रोग ठिक हुन्छ ।

बालतोडमा

बालतोड भएको ठाउँमा पिपलको बोक्रा पिसेर लगाइदिए बालतोड ठिक हुन्छ ।

बारुलाले टोकेकोमा

कागतीको रसमा नून मिलाएर लगाउनाले बारुलाले टोकेकोमा आराम गर्दछ ।

बिच्छिले टोकेकोमा

चिलाउनेको गेडा पानीमा घोटी लगाउनु ।

अथवा- पत्थर-कोइला घोटी लगाउनु ।

अथवा- टोकेको ठाउँमा आफैंले पिशाव गरिदिनु ।

अथवा- अपामार्ग (दतिवन) को जरो र अमिलीको बिआँको गुदी पानीमा घोटी लगाउनु, छिट्टै निको हुन्छ ।

बिग्रेको घिउ सुधार्ने उपाय

यदि घिउ पुरानो भएर बिग्रन थालेको छ भने कराही (वा कुनै सफा भाडा)मा त्यही घिउ हाली तताउनु र त्यसमा एउटा प्याजको गाँठो पनि हाल्नु, घिउ खूबसँग तातेपछि उतार्नु र सो प्याज पनि निकालु दिनु । बढिया हुनेछ ।

बेर्नु निस्केकोमा

घिउ अथवा तेल लगाएर बेर्नु सेक्नु र भित्रतिर सुस्त सुस्त घुचेटेर (गोरु या अन्य पा पालुवा भैंसी, राँगा आदि मरेकाको) छालाको लँगौटी लगाउने गर्नु ।

अथवा- चिनी र कमलको पात बराबर मिलाएर खाने गर्नु, बेर्नु निस्किंदैन ।

अथवा- फिट्किरीको चूर्ण ६ मासा, पानी ५ तोला जति मिलाउनु र त्यसैले बेसरी (बेर्नु) धोएर बिस्तारै घुचेट्नु; ४/५ दिनमा टुङ्गो लाग्दछ ।

अथवा- चरिअमिलीको रस धोई घिउमा पकाएर बेर्नु निस्केको ठाउँमा लगाउनाले बेर्नु निस्कन बन्द हुन्छ ।

अथवा- गाईको गोबर तताएर बेर्नु सेक्नु, बिस्तारै भित्र पसालेर लँगोटी लगाइदिनु, ३/४ दिनसम्म यस्तै गरी सेक्ने-लँगोटी बाँध्ने गर्नु, बेर्नु निस्कन बन्द हुन्छ ।

अथवा- गाईको नौनी घिउ सालको पातमा राखी तताएर सेक्नु ।

अथवा- १ माना पानीमा ६ मासा फिट्किरीको धूलो हाली फेटेर बेर्नु, धुनु र मनतातो गरी सेकेर विस्तारै भित्र ठेलिदिनु, ६-७ दिनमा ठिक हुन्छ ।

बिच्छी आदि विषालु कीराले टोकेकोमा

बिच्छीले टोकेपछि आगोले पोले जस्तो डाह हुन्छ । भयंकर पीडा हुन्छ र छिटै पीडा र विष माथितिर सर्दै जान्छ । पीडा सबैतिर फैलिन्छ र फेरि टोकेको ठाउँमा केन्द्रित हुन्छ । सर्वप्रथम टोकेको ठाउँमा माथितिर ३-४ बन्धन कसेर बाँधिदिनू, क्रस (+) चिन्ह गरी घाउ लगाई त्यहाँबाट रगत निचोर्नू र त्यहाँ पिसाब गरिदिनू ।

मूलाको पातको रस वा काँक्रोको पातको रस बिच्छीलाई हालिदिनाले बिच्छी मर्दछ। ओखरको गुदी चपाउनाले र घिउमा कोही सिधेनून मिलाएर पिउनाले बिच्छीको विष उत्रन्छ। टोकेको ठाउँमा पनि यो लगाउनू।

अथवा- एक वा दुई जमालगोटा पानीमा पिनेर टोकेको ठाँउमा लगाउनाले बिच्छीको विष निश्चय शान्त हुन्छ।

अथवा- लहसूनको रस र मह ३-३ तोला मिलाएर पिउनाले पनि आराम हुन्छ।

अथवा- मूला र नून पिनेर टोकेको ठाउँमा लगाउनाले र खानाले पनि बिच्छीको विष शान्त हुन्छ।

अथवा- सिरिसको बीज र पिप्ला समभाग गरी चूर्ण बनाई चूर्णलाई आँकको दूधमा मिलाई मल्नू २-३ घण्टा त्यसै रहन दिई त्यसपछि चूर्ण सुकाउनू, यसरी ताजा आँकको दूधमा ३ भावना दिनू भिजाई सुकाई शीशीमा भरेर राख्नू, जब बिच्छी वा कुनै विषालु जन्तुले टोक्यो भने यो औषधी थोरै पानीमा घोलेर टोकेको दूधमा ३ भावना लगाउनू निश्चय आराम हुन्छ।

अथवा- अपामार्गको जरा मुखमा हाली चपाउनाले र रस चुसनाले तत्काल विष नष्ट हुन्छ। बिच्छीले टोकेको लागि यो अमोघ औषधि हो।

धतुराको रस, आँकको दूध, खूदो र घिउ मिसाई घस्नाले विष जान्छ। साथै यो औषधी प्रयोग गरुञ्जेल कालो उँखुको खुदो ६-७ मुठी जति खाने गर्नाले छिटो विष उत्रन्छ। (विषको असर लाग्दैन)।

अथवा - सिमली र शिलाजीत(अनुपान मिलाई) बिहान बेलुकी केही दिनसम्म खानु।

अथवा- सिमलीको पात पिंधेर पागल कुकरले टोकेको घाउमा लगाउनु, विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा-

डर् लाग्दो बहुला कुकूरहरूले टोकीदियाको महाँ
धत्तूरा रस आँकको दूध घिउ चार् चार मासा जहाँ ।
लीनु, मसिनु लेप लाउनु सबै नाश् हुन्छ कुकूर विष्
आँकैको दूध, तेल, सख्खर मिसी लेपादिले जान्छ विष् ॥

अथवा- रौं नभएको सिंहको छाला १ लाल, केराको कोसोभित्र हाली १-१ घण्टामा ३ मात्राको दरले खानु ।

अथवा- सोधित हरताल ५ लाल २५० ग्राम जति दहिसँग खान दिनु ।

भगन्दर र मलद्वारसम्बन्धी रोगको लागि

एक सेर गाईको दुधमा एक छटाक भाँग तताएर त्यसको बाफ मलद्वारमा पुऱ्याउनु र माथि लेखिए अनुसारको नीमको मलम लगाउनू, दुधमा पकाएको त्यो भाङ मलद्वारमा पट्टी जस्तो गरी बाँधिदिनू । अवश्य लाभ हुन्छ ।

१ तोला मरीच, डेढ तोला रस कपूर लिएर दुइटैलाई खूब मैदा गरी पिसी नित्य ५ रत्ति चूर्ण तातोपानीसँग या गाईको दूधसँग खानु । यसरी २०-२५ दिनसम्म लगातार सेवन गर्नाले भगन्दर नष्ट हुन्छ ।

भगन्दर (पुरानो खटिरा) को घाउको लागि

फिटकिरी पाँच तोला, सेलखरी ५ तोला, सिन्दूर १ तोला तयार पार्नू । पहिले पिनेको फटकिरी ताउमा तताउनू, अनि पिनेको सेलखरी एकएक चिम्टी गरी त्यसमा हाल्दै जानू, र चलाउँदै जानू अनि सिन्दुर

पनि ताउमा भुटेर भस्म गराई त्यसमा मिलाउनू गाईको तताएर सेलाएको दूधमा अलि अलि हालेर २१ दिनसम्म लगाइरहनू ।औषधी अनुभूत छ ।

भलायो उच्छ्रेमा

बाख्रीको दूधमा तिल पिस्नु र त्यसमा नौनी मिलाएर लगाउनाले उच्छ्रिएको र सुन्निएको हटाउँछ ।

अथवा- गाईको नौनी मात्र लगाउनाले पनि भलायो उच्छ्रेको र स्यूँडीको दूध आँखामा परेर पोलेको पनि आराम गर्दछ ।

भाङ्को नशामा

कागती चुस्नाले वा कागतीको पुरानो अचार खानाले भाङ्को विष नष्ट हुन्छ ।

भूत बाधामा

मैनको धूप सुँघाउनु बेहोसीपन हट्दछ ।

अथवा- मजुरको प्वाँख डढाएर सुँघ्ने गर्नाले काम- ज्वरो नष्ट हुनुका साथै ग्रहबाधा समेत हट्दछ ।

भैंसे दाद

दाद भएको ठाउँको छाला भैंसीको छाला जस्तो कालो र बाक्लो हुन्छ । बोक्रा सहितको मुँगीको दाल मसिनो गरी पिसी नित्य लगाउनाले यो आराम हुन्छ ।

भोक जगाउनु परेमा

भोक न लाग्ने खान रुची न हुने भएमा मूलाको सेवन बढि

प्रयोग गर्नु, र मूलाको बीउ भुटेर त्यसको अचार खाने गरेमा पनि खाएको पचाउँछ र भोक बढ्दछ।

अथवा- निमको बोक्राको धूलो ५ तोला, ल्वाङको धूलो ५ लाल, उमालेको पानी डेड माना मिसाएर १५ मिनेट पकाई उतारेर छान्नु, ३ मात्रा ३ औंस दिनको २ पटक खाने गर्नाले रगत सफा गरी भोक जगाउँछ।

अथवा- मूलाको साग दिउसो खायो भने भोक जाग्दछ, खाएको चीज पचाइदिन्छ, भोजनका अन्त्यमा १ टुक्रा मूला खायो भने ३ घण्टा भित्रमैं सबै पचाइदिन्छ।

अथवा- हिउँद महिनामा ४ रत्ति छिउँकेझार सखर मिलाई खानु। १-१ रत्ति बढाउँदै १ मासासम्म पुऱ्याउनु, गर्मी प्रकृतिको शरीर छ भने मिश्री काँढासँग खानु। तन्दुरुस्त मोटो र शक्तिशाली बन्नु छ भने घिउसँग मिलाएर खानु, भोक जगाउँछ, अजीर्ण नाशक छ।

मधुमेहको औषधी

जामुनाको गेडा घाममा सुकाएर कुटेर चूर्ण बनाउनु, १/१ तोलाको दरले १ महिनासम्म दूधसँग खाने गर्नाले मधुमेह रोग ठिक हुनजान्छ।

अथवा- ६ मासा गुर्जोको चूर्ण र ६ मासा मिश्री मिलाई सेवन गर्नाले पिशावबाट चिनी जाने रोग नष्ट हुन्छ।

अथवा- १ तोला घ्यूकुमारीको गुदी १ मासा गुर्जोको चीनीसँग खानाले मधुमेह नष्ट हुन्छ।

अथवा- ५ ग्राम दूबो, १ ग्राम पाषाणभेद, १ ग्राम हिङ सबैलाई कुटेर धूलो पार्ने र दिनको २ पटक खालिपेटमा २/२ चम्चा मनतातो पानीसँग सेवन गर्ने गरेमा मधुमेह रोग नष्ट हुन्छ।

मन्दाग्नीमा

१ ग्राम सिधेनून, १ ग्राम हिङ, मन्द आगोमा भुटी पिसेर अलिकता अदुवा पनि मिसाउनु र भोजनको पहिल्यै र पछि पनि खाने गर्नाले मन्दाग्नी हट्‌दछ ।

अथवा- २/३ तोला नासपतीका रसमा पिपलाको धूलो छरेर पिउने गर्नाले मन्दाग्नी नष्ट हुन्छ ।

महको गुण

शरीरको रंगलाई सफा गर्दछ ।

बुद्धि, बल, वीर्यवर्धक, धातु पुष्ट र रोचक छ । खोकी, पित्त, कफ, प्रमेह, कृमी, तीर्षा, वान्ता, दम, हिक्का, अतिसारमा, हृदय रोग, औंडाहा इत्यादि रोग नाशक छ ।

मह ४ प्रकारको हुन्छ-माक्षिक, पैत्तिक, क्षौद्र र भ्रामर । सबैभन्दा असल घरमौरीको मह हो । यो जति पुरानो हुन्छ त्यत्ति (उति) फाइदा गर्दछ ।

२ मासा महमा मरीचको धूलो मासा, सुठाको धूलो, १ मासा मिलाई दिनको ३/४ पटक खाने गर्नाले रुघा, खोकी, कफ निको हुन्छ ।

३ मासा मह, ६ मासा धिउ मिलाई चाट्नाले खोकी अवश्य निको हुन्छ ।

मह ६ मासा, असुराको रस ६ मासा मिलाई ७ दिन अथवा २१ दिनसम्म खाए धातु क्षय, खोकी, दम निको हुन्छ ।

अथवा- मह ६ मासा, पिपलाको धूलो २ मासा मिलाई खानाले कफ खोकी कम हुन्छ ।

मस्तिष्कको रोगमा

छिउँकेझारको फूल माडेर नश लिनाले खूब हाच्छिउँ आउँछ, मस्तिष्क सफा गराउँछ । कफ, वायु दोष नष्ट हुन्छ, पिनाश पनि नष्ट हुन्छ ।

अथवा- मह, को जरो कुटेर मसिनो रुमालमा बाँधी नस लिनाले पनि सोही सरह फाइदा गर्दछ ।

मस्तिष्कको लागि पथ्यापथ्य

स्मरणशक्ति तथा बुद्धिलाई बढाउने र त्यसलाई निर्मल गर्ने सात्विक पदार्थ नै मस्तिष्कको लागि हितकर छ । तामसी भोजन जस्तो अत्यन्त गरम, अत्यन्त दाहक, अत्यन्त क्षोभक, अत्यन्त उत्तेजक पदार्थले मस्तिष्कलाई बिगार्दछ र यसैले मनुष्य मस्तिष्कको शान्त वृत्ति हराएर कामक्रोध आदि मानसिक विकारले वशीभूत हुन्छ । हिन्दूधर्मशास्त्रमा यही लाभको लागि र पापबाट बच्नको लागि हविष्यान्न खाने उपदेशहरू दिइएका छन् । गहुँ, चामल, मुगी, चना, घिउ, दूध, चिनी, सिधेनून, अदुवा, अमला, परवर र उत्तम फल यी सबै हविष्यान्न हुन् । बदाम, पिस्ता, चिरौंजी आदि पनि मस्तिष्कको लागि लाभदायक छन् । संखाहुली, ब्राह्मी र मालकागुनी आदि पनि मस्तिष्क सुधार्ने औषधी हुन् ।

मस्तिष्क ठण्डा राख्नु, पाउ गरम राख्नु, पैतालामा तेल लगाउनु, सुगन्धित पदार्थ मस्तिष्कमा लाउनु आदि बाह्य उपचार पनि लाभदायक छन् । जसले तातो, अमिलो, दाहक, क्षोभक पदार्थ धेरै खान्छन् तिनीहरूलाई बाह्य उपचार लाभदायक सिद्ध हुँदैन ।

एकपटक खाएको अन्न न पचुन्जेल अर्कोपटक बिर्सेर पनि न खानू । धेरै व्यक्ति अजीर्णको शिकार हुँदा हुँदै पनि दुवै समय गरिष्ठ

भोजन गर्दछन् । यसो गर्नाले रोग असाध्य भएर अनेक अरू रोगहरू उत्पत्ति हुन्छन् । छिटोछिटो खानु, राम्ररी न चपाई खानु, खाने समयमा मन प्रसन्न न राख्नु-यो दोस्रो खराबी हो । भोजन खूब चपाएर खानु र खाने बेलामा मन प्रसन्न राख्नु यी दुवै कुरा लाभदायक छन् । कतिपय आमाबाबु केटाकेटीले हाँसी-खेली खाएको देखेर गाली गर्दछन् केटाकेटी छिटो खान थाल्दछन् । छिटो छिटो खानु या पानीसँग गाँस निल्नु यही नै अजीर्ण रोगको प्रधान कारण हो । अरू सबै रोगको जरो अजीर्ण या भोजन ठीकसँग न पच्नु नै हो । यसकारण जीवनको आधाररूप भोजनलाई खूब शान्ति, खूब प्रसन्नता र खूब चपाएर खानुपर्छ, यस्तो गर्नाले भोजन राम्ररी पच्दछ, जठराग्नि कमजोर हुँदैन । यस्तो बानी बच्चाहरूलाई शुरुमैं गराउनुपर्छ ।

मलेरिया (ज्वरो)मा

कालो तुलसीको पात ११ ओटा र मरीच दाना ११ ओटा दाना एकत्र गरी पानीमा पकाउनु, बाक्लो बाक्लो हुन लागेपछि उतारेर चिसो बनाई पिउँदै रहनु । साथै अपामार्गको जरो रातो रेशमको कपडामा बेह्री दाहिने पाखुरामा बाँध्नु राहत मिल्दछ ।

मलेरिया ज्वर (विषम ज्वर)

तुलसीको पातको रसमा मरीचको धूलो मिलाएर पिउनाले विषम ज्वर ठीक हुन्छ ।

अथवा - कालो जीरा र पुरानो चाकु बराबर भाग लिएर त्यसमा मरीचको धूलो मिलाएर खानाले विषम ज्वर निश्चय नै ठीक हुन्छ ।

अथवा- सूठो, जीरा, चाकु पिनेर तातो पानासँग पिउनाले अथवा चौलाईको जरा शिरमा बाँध्नाले पनि विषम ज्वर ठीक हुन्छ ।

अथवा- गुर्जोको चूर्ण १०० तोला, गुड १६ तोला, मह १६ तोला, गाईको घिउ २० तोला यी सबै मिलाएर दुई तोलाको गोली बनाएर दूधसँग नित्य एक गोला खानाले विषम ज्वर तथा नेत्ररोग ठीक हुन्छ । यो त्रिदोषनाशक, मेधाजनक, पौष्टिक रसायन हो ।

अथवा- हर्रो, जिरा, र अजवायन मिलाएर सेवन गर्नाले अथवा सेतो करवीरको जरो आइतवार कानमा बाँध्नाले पनि विषम ज्वर ठीक हुन्छ ।

अथवा- आइतवार अपामार्गको जरा सातवटा रातो धागोमा बाँधेर कम्मरमा बाँध्नाले तेस्रो ज्वर नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अगस्ति फूलको पातको रस नस लिनाले चौथी ज्वर अवश्य ठीक हुन्छ । यो रस नाकमा हाल्नाले आधा कपाल दुख्ने पनि निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा- हिङ पुरानो घिउमा पिनेर नस लिनाले या सहदेवीको जरा रविवारको दिन हातमा बाँध्नाले चौथो ज्वर आउँदैन ।

अथवा- नौसादर ३ लाल, मरीच २ दाना पिनेर ज्वरो आउने पालोको दिन खुवाउनाले पनि चौथो ज्वरो आउँदैन । पुरानो बोरा (टाट) को खरानी, मह अथवा घिउमा मिलाएर चाट्नाले नित्य आउने अथवा दिनमा दुई पटक आउने अथवा तेस्रो या चौथो दिन आउने ज्वर ठीक हुन्छ ।

वर्धमान पिप्पली

गाईको दूधका पाँच पिप्ला हालेर पकाउनू जब, दूध राम्रोसँग पाक्छ अनि पिप्ला खाएर दूध पिउनू । दोस्रो दिनदेखि ३-३ पिल्ला बढाउँदै जाने सातौं, दिन २३ पिप्ला पकाएर दूध पिउनू । आठौं दिनदेखि ३-३ पिप्ला घटाएर सातौं दिन ३ पिप्लामा आउनू यसले

जीर्णज्वर, खोकी, प्लीहा, गुल्म; बबासीर, प्रमेह, बातरोग नष्ट हुन्छ। औषधी अद्भुत छ। कमलपित्तको लागि रामवाण छ।

घिउकुमारीको गुदी नित्य ६ मासा, मरीच र जिरा ४-४ लाल मिलाएर खानाले प्रमेह र पुरानो ज्वर आराम हुन्छ।

गुर्जोको स्वरसमा पिप्ला र मह मिलाएर खानाले पुरानो ज्वरो, कफ, फियो बढेको र खोकी आराम हुन्छ।

दशमूल २॥ तोलाको काँढा बनाउनू। चौथाइ पानी बाँकी भएपछि छान्नू, थोरै मह मिलाएर बिहान सधैं पिउनाले सूजन र ज्वर ठीक हुन्छ। यही काढाँमा दूध पकाएर खानाले सुत्केरी स्त्रीको ज्वर आदि सब रोग ठीक हुन्छन्।

ज्वरको उपद्रवस्वरूप श्वासन, वमन आदि हुन्छ। त्यसको चिकित्सा मूल रोगको चिकित्सासहित गर्नुपर्छ।

मद्यपान (रक्सी) खान छुटाउने उपाय

जो मानिस धेरै रक्सी खान्छ, त्यसलाई खानेवाला व्यक्तिले न देख्ने गरी कालो कौवाको पित्त मदिरामा राखी खान दिनु त फेरि कहिल्यै रक्सि खान मन गर्ने छैन।

अथवा- *पैसीफ्लोरा मदर टिंचर* (होम्यो) २० थोपा पानीमा राखेर नित्य दिनको ३ पटक पिउने र बिहान नारंगी (नरिवल) को सेवन गर्ने र खाना खाइसकेपछि कफी या चिया पिउने गर्नाले केही दिनमैं रक्सी खान छुटाउने छ।

मिर्गी रोगमा

मृगी रोगमा शरीरमा ऐंठन हुन्छ। आँखा, हात, पाउ, शरीरलाई कसैले थिचेको जस्तो प्रतीत हुन्छ। रोगीको दाँत टम्म जोडिन्छ।

मृगी रोगको मूर्छामा रोगी एक्कासि च्याँठिएर लड्छ र फिंज काढ्दछ, अरू मूर्छामा फिंज काढ्दैन ।

अपामार्गको जरो या पातमा मरीच र सौंप मिलाएर पिसनु र पानी मिलाई पिउनाले मिर्गी रोग हटाउँछ । अपामार्गको जरो या पात भने मरीच र सौंप भन्दा दोब्बर हुनुपर्दछ ।

अथवा - एउटा ल्वाङ, अलिकता हिङ, एउटा जाइफल यी सबैलाई एकत्र गरी रेशमको कपडामा राखी रेशमकै धागाले सिएर जन्तर जस्तो बनाई रविवार या मंगलवार धूप राखी धूवाँमा सो जन्तर घुमाई घाँटीमा लगाइराख्नाले मृगीरोग जान्छ ।

अथवा- ६० ग्राम जति ज्वानो, ३० ग्राम सुहाग मिलाउनु र पिसेर छान्नु अनि सिसीमा राख्नु । बिहान बेलुकी १-१ ग्रामका दरले धेरै दिनसम्म खानु, लाभ गर्दछ ।

मिर्गौलाको रोगमा

दश तोला मूलाको रसमा मिश्री मिलाएर बिहान बेलुकी खाने गरेमा मृगौलाको रोग नष्ट हुन्छ ।

मुखबाट रगत आउने रोगमा

काँचो फिट्किरी आधा तोला, हिङ्गुल १ आनाभर लिएर दुवैलाई मिलाई पिसनु र दुबाको रस पनि १ आनाको तौल जति लिई यी सबैलाई एकत्र गरी २ रत्तीको मात्रा गरी (१०-१५ दिन सम्म) १०-१२ पटक गरी सेवन गर्ने गर्नाले रगत आउन बन्द हुन्छ ।

मुख नभएको पिलोमा

चरिअमिलीको पात पिंधेर लगाउनाले निको हुन्छ ।

मुख भित्रको खटिरा र गींजाबाट रगत आउनेमा

५ तोला कोइरालाको बोक्रा २ माना पानीमा पकाउनु आधा माना पानी बाँकी रहेपछि त्यो पानीले कुल्ला गर्नु, मुखको खटिरा र घाउ नष्ट हुन्छ। सुत्केरीको मुखको खटिरा पनि ठिक हुन्छ।

अथवा- ताजा कागतीको रस र त्यति नै पानी मिलाएर कुल्ला गर्नु।

मुख पाक्ने रोगमा

करेलाको रसमा खरिमाटो (ढुङ्गा) मिलाएर लगाउनाले मुख पाक्ने रोग नष्ट हुन्छ।

मुखको दाग हटाउन र अनुहार सुन्दर बनाउनमा

चनाको दाल भिजाउने र त्यसमा बेसार मिलाएर लगाउने र खाने पनि गरेमा मुखको दाग हटी अनुहार सुन्दर बनाइदिन्छ।

मुसा निस्कएकोमा

शरीरमा पीडा रहित, मासको दाल जस्तो कालो फोकाहरू उठेका हुन्छन्। त्यसलाई मूसा भनिन्छ। शरीरमा जति जति मूसा छन् त्यति दाना मरीच लिएर शनिवार निमन्त्रण गर्नू, रविवार बिहान त्यसलाई कपडामा बाँधेर चार दोबाटोमा छोडिदिनू। मूसा नष्ट हुन्छन्।

अथवा- धनियाँ पिनेर लगाउनाले या सिपीको खरानी पानीमा मिलाएर मूसामा लेप गर्नाले मूसा नष्ट हुन्छन्।

कागतीको रस ५ मासा, जवाखर ३ मासा, निलोतुथो र सुहाग ४ मासा, मसिनो पिंधी मुसा कोट्याई लगाउनु फेरि कहिल्यै मुसा आउँदैन।

मूत्रकृच्छ्र रोग

यस रोगमा पिसाब ज्यादै कष्टसँग थोपा गरी हुन्छ । अथवा रक्तमिश्रित पिसाब थोरै गरी आउँछ । नाभिको तल जाँघमा र मूत्रनलीमा ज्यादै कष्ट हुन्छ । यदि मूत्रकृच्छ्रमा छातीमा पीडा, कोखमा शूल हुने, मंदाग्नि, मूर्छा र दारुण मूत्रकृच्छ्र छ भने पत्थरीको मूत्रकृच्छ्र भनी जान्नुपर्छ । यदि पिसाबमा रगत आउँछ भने अमला र उखुको रसमा मह मिलाएर पियाउनु ।

अथवा- ६ मासा जवाखरमा ६ मासा मिश्री मिलाएर कुभिन्डोको रससँग खानु ।

अथवा- दुई तोला अमलाको काँढामा एक तोला गुड मिलाएर खानाले पनि मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ ।

अथवा- सूर्यमुखी फूलको बीज ६ मासा बासी पानीमा पिनेर छान्नु र पिउनु, सब प्रकारको कठिन मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ ।

अथवा- अलैची, पाषाणभेद (जरो), शुद्ध शिलाजित, पिप्ला, काँक्रोको बियाँ, सीधनून र केशर समभाग गरी पिन्नु र छान्नु । ३-४ मासा चूर्ण चौलानीसँग खानु कठिन मूत्रकृच्छ्र पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- २ तोला गोक्षुर (गोखरु) एक पाउ पानीमा पकाउनु, चौथाइ भाग बाँकी भएपछि झिकी चिसो पार्नु र दुई तोला मिश्री मिलाएर पिउनु । यसले पनि मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ ।

अथवा- भुटेको फिटकिरी २ मासा, गेरू २ मासा, मिश्री ६ मासा यो सबै पिनी छानी एक मात्रा बनाउनु । यो पिएर पछि गाईको तातो दूध पिउनु २१ दिनमा सूजन र मूत्रकृच्छ्र आराम हुन्छ। ६ मासा साल (सालको खोटो),

अथवा- ६ मासा मिश्री मिलाएर पानीसँग पिउनाले पिसाबसँग

रगत आउने आराम हुन्छ । यस रोगमा दही, गुड, खुर्सानी, तेल र जलन गर्ने पदार्थ अपथ्य छन् ।

मूत्राघात रोग

मूत्राघात र मूत्रकृच्छ्र रोगमा यो फरक छ कि मूत्रकृच्छ्रमा मूत्रको रुकावट थोरै बेरसम्म पनि हुन्छ मूत्राघातमा धेरैबेरसम्म हुन्छ । मूत्रकृच्छ्रमा पिसाब गर्दा अधिक कष्ट हुन्छ मूत्राघातमा पिसाब गर्दा धेरै कष्ट हुन्छ । मूत्राघातमा पिसाब रोकिई थोरै हुन्छ या बन्द हुन्छ, किन्तु मूत्रकृच्छ्रमा पिसाब त्यति बेर रोकिंदैन । कपूरलाई पानीमा पिनेर कपडामा लपेटेर बत्ती बनाउनु, यो बत्तीलाई लिंगछिद्रमा राखिदिनु बन्द भएको पिसाब खुल्दछ ।

अथवा- काँक्राको बियाँ एक तोला, सिधेनून १ तोला दुवै पिनी चौलानीसँग खानाले पनि पिसाब खुल्दछ ।

अथवा- सूठो, मरीच, पिप्ला, हर्रो, अमला, नागरमोथे, शुद्ध गुग्गुल समभाग लिएर मह र गोखरु (गोक्षुर) को काँढासँग यो चूर्णलाई खल गरी ३-३ मासाको गोली बनाई पानी मिलाएको काँचो दूधसँग खानाले प्रमेह, मूत्राघात, प्रदर आदि रोग आराम हुन्छ ।

मूत्र रोगमा

त्रिफला, सिधेनून, गोखरू, काँक्राको विआँ एति एकत्र गरी पिसी पानीसँग सेवन गर्नु मूत्ररोग हराउँछ ।

मूत्रकृच्छ रोग नाश गर्ने उपाय

मूत्रकृच्छ्र रोग- चोट लाग्नाले, मल रोक्नाले र पत्थरीले हुन्छ ।

कसैलाई आगोले पोलेको जस्तो पोली रातो-रातो पिसाब हुन्छ। कसैलाई मूत्राशयमा वा लिंगमा पीडा हुन्छ। थोरै पिसाब हुन्छ। मूत्रकृच्छमा पिसाब रोकिनुले थोरै हुन्छ, पिसाब गर्दा पीडा धेरै हुन्छ तर मूत्राघातमा पिसाब रोकिने धेरै बेर हुन्छ र पीडा थोरै बेर हुन्छ। पिसाब अत्यन्त पोली अत्यन्त कष्टसँग हुनु, सूजनको लक्षण हो। सूजनजस्तै मूत्रकृच्छ्रमा पीप या विषालु कीटाणु हुँदैन न; त सूजन जस्तो दूषित संसर्गबाटै हुन्छ। त्यो हुने अर्कै कारण छ। पुरानो सूजनमा प्राय: मूत्रकृच्छ हुन्छ। औषधीले पहिले पेट र पिसाब सफा गर्नुपर्छ।

मूत्र सफा गर्ने योग

गोखरू, इसबगोल, जेठीमधु, वहीदाना यीमध्ये कुनैलाई राती भिजाएर प्रात: छानेर यही जल पिउनुपर्छ। यसले पिसाब सफा हुन्छ, जलन हट्दछ।

अथवा- काँक्राको बियाँ ३ मासा, कल्मी सोडा १॥ मासा दुवै पिनेर खानुपर्छ अर्थात् एक पाउ गाईको काँचो दूधमा पानी मिलाएर पिउनुपर्छ, पिएर बस्नु हुँदैन, घुम्दै रहनुपर्छ। सूजनमा बहुत लाभ हुन्छ।

अथवा- शीतल चिनी (कवाबचिनी) २ तोला पिनेर १६ तोला पानीमा पकाउनु, ४ तोला बाँकी भएपछि ठंडा भएपछि ८-१० थोपा श्रीखण्डको तेल मिलाएर पिउनुपर्छ। दिनको ३ पटक सात दिनसम्म पिउनाले पिसाब सफा हुन्छ, सूजनको जलन हट्तछ। मूत्रकृच्छ पनि ठीक हुन्छ।

अथवा- अलसीको दानाको चिया बनाएर त्यसमा अलिकति खाने सोडा मिलाएर खानुपर्छ। जौको काँढा पनि यस योगमा राम्रो हुन्छ।

अथवा- फूल न फुलेको सिमलको रुखको जरा झिकी पखाल्नु

र पिन्नु, कपडछान गरी रस निकाल्नु, दुई तोलाको मात्रा गरी केही मिश्री मिलाई खानु । नित्य विहान-बेलुका पिउनु प्रमेह र सूजनको लागि अनुभूत छ । यही रस लिंगमा पचका दिनु पनि लाभदायक हुन्छ । ३ महिनासम्म नित्य सेवन गर्नाले बल-वीर्यको वृद्धि हुन्छ । शरीरको कान्ति बढ्दछ, पुष्टि हुन्छ । प्रमेह र वीर्यको कमजोरीका लागि राम्रो औषधी हो ।

अथवा- केराको थंबा कुटेर कपडछान गरी रस निकाल्नु । ४ तोलाको मात्रा गरी खानु, पिसाब सफा हुन्छ । सूजन, मूत्रकृच्छ आराम हुन्छ । दिनको तीन पटक ताजा रस निकालेर पिउनुपर्छ ।

मूत्रद्धारबाट रगत आउने रोगमा

कुरिलाको पात ४ आना भरि, सालधूप ४ आना, आधा पाउ दूधमा मिलाएर वा पिसेर दिनमा १०-१२ पटक वा १-१ घण्टामा खान दिनु निको हुन्छ ।

मूत्रनलीको पत्थरीमा

पिशाबको पत्थरी छ भने गहत पकाएर खाने गर्नाले पत्थरी गलाएर निकालिदिन्छ ।

मोटापन घटाउने

छोटो पिपर, मरिच, सिंधेनून र त्रिफलाचूर्ण नित्य पानीसँग खानाले ठीक हुन्छ ।

मोतीबिन्दु भएमा

२० वर्ष पुरानो खुर्सानीको जरो घोटी आँखामा लगाउनु, मोतीबिन्दु ठिक हुन्छ ।

अथवा- छोरी जन्माएकी स्त्रीको दूधमा असली भिमसेनीकपूर घोटेर ३-४ दिनतक आँखामा लगाउँदै गर्नाले मोतीबिन्दु नष्ट हुन्छ ।

फेरि अर्कोपटक रोग उत्पन्न न होस् भन्नाका लागि महमा केशर पनि पिसेर आँखामा लगाउनु उचित हुन्छ ।

अथवा - ४ तोला असली गाईको नौनीमा २ वटा कागतीको रस मिलाएर खूब घोट्नु र पानी हालेर २ दिन राख्नु र पानी फाली दिनु, यस्तै प्रकारले ३ पल्ट गर्नु र बाँकी रहेको नौनी राम्रोसँग राख्नु र राती सुत्ने बेलामा आँखामा लगाएर सुत्ने गर्नु मोतीविन्दु रोग ठिक हुन्छ ।

मौसमी ज्वरो आएमा

कागतीको रस २ तोला र चिराँताको काढ़ा २ तोला मिलाई पिउनाले मौसमी ज्वरो निको हुन्छ ।

मोहीको गुण

दिसा कवच गर्ने (बाँध्ने), गाईको मोही टर्रो, अमिलो, मधुर, अग्नि दीप्त गर्ने, हल्का, उष्णवीर्य, बल बढाउने, तृप्तिकारक, वातरोगनाशक, पिशाव खलाँस गराउने, प्यास हटाउने हुन्छ । घिउ न झिकेको मोही बल-ताकत बढाउने हुन्छ । घिउ झिकेको हल्का हुन्छ । मोहीको सेवन गर्दा वातरोगीले सिधेनून मिलाइ खानु । पित्त प्रधान हुनेवालाले मिश्री मिलाई खानु, कफ फाल्दछ । सधैं मोही खानाले सानो तिनो रोग लाग्दैन । निरोगी बनिने ठूलो गुण मोहीमा छ ।

यौन रोगमा

स्त्री पुरुष दुवैको यौन सम्बन्धी रोगको लागि काँचो लसुन खानाले ठीक हुन्छ ।

रक्तश्रावमा

रगत धेरै नै आइरह्यो भने नागकेशर पिसी फाँको मार्नु (खानु) ।

अथवा- दूबोको रस प्रशस्त पिउनु ।

अथवा- भृंगीराज पिसी छानी सेवन गर्नु ।

अथवा- ४/५ तोला कागतीको रस चिसो पानीसँग पिउनु । नाक, मुख या अरू कुनै ठाउँबाट रगत आएको भए पनि रोकिन्छ ।

अथवा- चोटपटक लागेर वा अरू कारणवश रक्तश्राव भएको छ भने ६ मासा काउलाको बोक्रा मसिनो गरी पिंधी दूधसित खुवाइदिनु, रक्तश्राव रोकिन्छ ।

रक्तचापमा

गाजर, काँक्रो, पालकको रस अलग-अलग पिउने गर्ने र साथै गहुँको, जमराको रस पनि खाँदै गरे रक्तचाप रोग ठीक हुन्छ ।

रक्सीको नशामा

बिमिराको केस्रा २/३ ओटा र अमिलो दारिम २-३ तोला मिलाई ख्वाउनाले रक्सीको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- २ तोला गाईको घ्यूमा चिनी मिसाउनु र खान दिनु, रक्सी जाँड आदिको नशा नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अमिलो र पानी मिलाई पियाइदिनाले वा फिट्किरी घोली खुवाउनाले रक्सीको नशा हट्दछ ।

अथवा- नरिवलको पानी पियाइदिनु ।

अथवा- मूलाको रस र फिट्किरी पिसी ख्वाइदिए रक्सीको नशा हट्दछ ।

रगतमासी परेमा

बेलको गुदी सुकाई चूर्ण गरी बाख्राको दूधसँग खानु रगतमासी परेको आराम हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रस मासामा आधि रत्ति अफिम मिलाई दूधसँग पिउनाले रगत आउँ मासि निको हुन्छ ।

रगत आउँको औषधि

बाँजको ताजा बोक्रा र काफलको ताजा बोक्रो बराबर मिलाएर कुट्नु र निचोरेर कपडामा छानी २ तोला जति ३ टायम खालि पेटमा खानाले १५/१६ दिन सम्ममा निको हुन्छ ।

पथ्य- काँचो केराको तर्कारी, दही, पुरानो चामलको भात, मोही आदि दिनु, भरपेट न खानु ।

रसदोषको औषधि

ज्वरो आएको बेलामा स्त्री संभोग गरेमा प्रायः रसदोष हुने गर्दछ । यो एक प्रकारको सन्निपात नै हो भने हुन्छ । रज र वीर्यको दोषबाट पैदा हुने भएकोले रस दोष भन्दछन् । यस रोगमा हुटिट्याउँको फुल खान दिनु मूत्र- द्वारमा पनि लगाइदिनु, निको हुन्छ ।

अथवा- फापरको पीठो मुछेर खान दिनु, मूत्रद्वारमा पनि लगाइदिनु, यसले पनि फाइदा गर्दछ ।

रगतको विकारमा

सुन्तलाको रस १ तोलामा चिरैताको रस मिलाई पिउने गऱ्यो भने रगत शुद्ध हुन्छ र निरोगिता गराई बलियो पार्दछ ।

रक्तातिसारमा

नासपतीको सर्वत २/३ तोलासम्म ठिक पारी १ मासा बेलको चाना मिलाएर चाट्ने गर्नाले रक्तातिसार नष्ट हुन्छ ।

रगत सफा गर्नमा

निमको बोक्राको धूलो ५ तोला, ल्वाङ्को धूलो ५ लाल, उमालेको पानी १$^{1/2}$ माना मिसाएर १५ मिनेट जति पकाई झिकेर छान्नु, ३-३ मात्रा दिनको २ पटक खानाले रगत सफा गरी भोक जगाउँछ ।

अथवा- निमको बोक्राको धूलो १ मासा, दालचिनीको धूलो २ लाल मिलाई पूरिया बनाउनु । २ पुरिया जतिको मात्राका दरले खानाले ज्वरोलाई फाइदा गर्दछ । तागत बढाउँदछ र रगत सफा गर्दछ ।

शुद्ध गंधक त्रिफलासँग केही दिनसम्म खानू र घाउ खटिरामा लगाउनको लागि सफेदा खासगरी ६ मासा, मुरदाशंख [illegible] मासा, सिन्दूर ३ रत्ती, हलेदो ४ लाल, भुटेको फटकिरी एक मासा, भुटैको नीलोतुथो ३ लाल, सर्स्यूको तेल ९ मासा, मैन एक मासा, पहिले मैनलाई तेलमा गलाएर यी सबै औषधी पिनेर, छानेर, मिलाएर मलम बनाउनू । यो मलम घाउ, खटिरामा लगाउनू अत्यन्त उत्तम छ ।

अथवा- स्वर्णक्षीरी (सत्यानाशी) को जरो ९ मासा, मरीच ९ दाना पिनेर नित्य मिलाउनू र मुगीको दालको खिचड़ी खान दिनू २१ दिनमा सबै प्रकारको रक्त विकार, कुष्ठ, लुतो आदि आराम हुन्छ ।

अथवा- स्वर्णक्षीरीको अर्क बनाएर पिउनू र त्यसको बियाँको पाताल यन्त्रबाट निकालेको तेल लगाउनु रक्त विकारको लागि अमोघ औषधि हो । यसको साथै घिउ बढी खानुपर्छ ।

रगत वमनमा

३ तोलासम्म नास्पतीको अचार(मुरब्बा)मा, २ मासा नागकेशरको धूलो मिलाएर खानाले रगतको अलकाई र रगत वमन गर्ने रोग नष्ट हुन्छ।

अथवा- २ तोला नासपतिको सर्वतमा १ मासा बयरको गुदी मिलाई खानाले वमनमा रगत आउन बन्द हुन्छ।

रगत वायुविकार र कुष्ठ रोगमा

घाउ वा सुनिएको ठाउँमा काँढे बाह्रमासे गुलाफको पात (कलिलो)लाई पिंधेर लेप बनाई लगाउनु, डाहा भै फोर्नु परेमा सिन्काले सिउँडीको दूध १/२ थोपा उक्त ठाउँमा मात्रा लगाउनु, जस्तै घाउ भए पनि फोर्ने गुण सिउँडीको दूधमा छ।

रुघा-सर्दीमा

कालो जीराको चूर्ण सुँघ्नाले, बच (बोझो) को सुगन्धले, गुड र अदुवा मिलाएर खानाले, अमला र गहतको काँढा खानाले कठिन रुघा ठीक हुन्छ।

अथवा- सुठो, पिप्ला, मरीच समभाग गरी पिनी सबैको ४ गुना गुड मिलाएर बयरजत्रो गोली बनाउनु। यो गोली खानाले शिर भारी हुनु, कफ र रुघा ठीक हुन्छ।

अथवा- मरिच, मुनकादाख, मिश्री, जेठीमधु सबै पिनेर १ मासाको गोली बनाउनु। दिनभरमा ४ गोली नित्य खानु; रुघा आराम हुन्छ।

अथवा- असुराको काँढामा मह मिलाएर खानाले या तुलसीको

पातको चिया बनाएर खानाले सर्दी, रुघा, शिरपीडा ठीक हुन्छ।

राती आँखा न देख्नेमा

आधा माना बाख्रीको दूध तताउनु, त्यसमा कागतीको रस हाली फटाल्नु, सेलाएपछि कपडाले छान्नु र ७ दिनसम्म खानाले रोग निर्मूल हुन्छ।

अथवा- कागतीको रस २ थोपा आँखामा राख्ने गर्नाले आराम हुँदै जान्छ।

राती ओछ्यानमा पिशाव गर्ने रोगमा

ओछ्यान मुनिको भिजेको माटो आगामा पोलेर घिउ र मह (विषमभाग)मा फेटेर खान दिनु।

अथवा- नीमको ताजा जरो कुटी १ रत्ति अफिम मिसाई सुत्ने बेलामा खान दिनु।

रातो सेतो मिलेको आउँमा

सत्ति बयरको ताजा बोक्रा कुटेर निचोरेर कपडामा छानी २ तोलाको मात्रा गरी दिनमा ३ पटक खान दिनु।

पथ्य- रगत आउँमा २१ दिनसम्म सेवन गर्नु, दही भात आदि प्रशस्त खानु।

अथवा- धर्जैंराको फूल पिसी दहीसँग खालि पेट बिहान बेलुकी खानु, सेतो रगतको आउँ (मासी)निको हुन्छ।

राजयक्ष्मा (टि. बि.) को शङ्कामा

पित्तभंजिका, बाख्रीको दूधमा मिलाएर २ तोलाको मात्रा गरी

बिहान बेलुकी प्रतिदिन १ वर्षसम्म खानाले टि. बी. भइसकेको भएपनि निको हुन्छ।

रुघा लागेमा

काँचो बेसार घिउमा भुटेर महसँग केही दिनसम्म दिनको ३ पटक खाने गर्नाले केही दिनमैं रोग निको हुन्छ।

अथवा- २१ गेडा सेतो मरीच पिनेर चूर्ण बनाउने र दिनको २ पटक पानीसँग खाने गर्नाले रुघा लागेको ठिक हुन्छ।

अथवा- कागतीको ३/४ मासा रस तातोपानीसँग १/१ घण्टामा खाने गर्नाले रुघाको ज्वरो समेत नष्ट हुन्छ।

अथवा- अदुवाको रसमा मह मिलाई चाट्ने गर्नाले कफको खोकी, दम र सर्दीको रुघासमेत निको हुन्छ।

अथवा- ल्वाङ्को तेल नस लिने गरेमा सर्दीबाट लागेको रुघा खोकी सञ्चो हुन्छ।

लागु पदार्थले बेहोश भएमा

त्यस व्यक्तिको दुवै कानमा तोरीको तेल भरिदिनाले नशा उत्रन्छ।

अथवा - कागतीको रस, पानीमा घोली पियाइदिनु।

अथवा - फिट्किरीको धूलो पानीमा घोलेर पियाइदिनाले पनि नशा उत्रन्छ।

सावधानी - नशा सेवन गरेको व्यक्तिलाई चिनी आदि गुलियो चीजहरू दिनुहुँदैन, यसले झन् नशा चढाइदिन्छ।

लिङ्ग मोटो गराउने उपाय

भलायो, कण्टकारीको फल, अनारको बोक्रा, मरीच, पिपला,

सिधेनून एति एकत्र गरी पिसी छानी १ सेर जति तोरीको तेलमा पकाउनु, जब गाढ़ा हुन्छ, तब उतारेर राख्नु, आवश्यकतामा लिङ्गमा विस्तारै मालिस गर्नु, यसरी लगातार २०-२५ दिनसम्म प्रयोग गर्नाले लिङ्ग खूब मोटो हुन्छ र मात्तिन्छ पनि।

अथवा- बेलपत्रको गाढा रसमा मह मिलाई विस्तारै मालिस गर्ने गर्नाले लिङ्ग मोटो हुँदै जान्छ, तर यो क्रम मोटो न हुञ्जेलसम्म लगातार प्रयोगगर्दै रहनु पर्दछ।

अथवा- सुहागलाई पिसी मह मिलाई लिङ्गमा लगाउने गर्नाले पनि केही दिनबाट नै मोटो हुन थाल्नेछ। आफूलाई कत्तिको मोटो चाहिने हो तबतक औषधी लगातार प्रयोग गरिरहनु।

लिङ्ग शिथिलतामा

सिमलीको जरा घोटेर लिङ्गमा लगाउनाले लिङ्गको शिथिलता हटाउँछ, कामनाको बेग बढाउँछ।(लिङ्गको सुपारीमा-टुप्पामा भने लगाउन हुँदैन)।

लुताको औषधि

करवीरको रस साढे २ मुठी, १ माना सर्स्युंको तेलमा पकाई लगाउनु।

अथवा- काँचो सिन्दूर, मरीचको चूर्ण बराबर गरी भैंसीको नौनीमा मिलाई लेप लगाउनाले लुतोमा फाइदा गर्दछ।

अथवा- आधा माना तीलको तेल र २ माना दुबोको रस पकाउनु र तेलमात्र बाँकी रहेपछि छानेर राख्नु र लुतो-दाद आएको ठाउँमा लगाउनु, दुवै रोग ठिक पार्दछ।

लुतोको लागि अन्य औषधि

हलेदोको लेदो र आँपको पातको पानी सर्स्यूँको तेलमा मिलाएर पकाउनू । जब लेदो मात्र बाँकी रहन्छ तब लुतोमा लगाउनाले आराम हुन्छ ।

अथवा- करवीरको पात, सिप्लीगान, हलेदो, चितो, ध्वाँसो, मैनफल, मरीच, आँकको दुध, स्युँडीको दुध यी सबै एकत्र गरी पिंधेर लेप लगाउनाले अति चाँडे लुतो अथवा दाद निको हुन्छ ।

अथवा- पामादि तेल (आयुर्वेदिक) लगाउनाले पनि भयंकर, (घिनलाग्दो) लुतो पनि चाँडै निको हुन्छ ।

अथवा- सोधित गन्धक ५ लालको मात्रा गरी गाईको घ्यूसँग खानु, गाईकै दुध पछिबाट पिउने गर्नु । यो उपाय उत्तम र सफल छ ।

अथवा- मरिच, गन्धक र अमला पिनेर घिउमा पकाएर लुतो आएको ठाउँमा लगाइदिनु लुतो ठीक हुन्छ ।

अथवा - निलोतुथो १ तोला, गन्धक ५ तोला, फुराएको सुहाग ५ तोला, रसकपूर १ तोला, मैनफल १ तोला, सुपारीको धूलो १ तोला, नीमको खोटो २ तोला, सानो अलैंचीको धूलो १ तोला, मोम ३ तोला, यी सबै एकत्र गरी खूब मैदा गरी पिसी नरिवलको तेलमा मलम (लेप) बनाएर लुतो या दादमा लगाई खूब मालिस गर्नु, यसरी २२–२५ दिनसम्म लगाउनु । नुहाउनु पर्दा नीमको या अमलाको साबुन प्रयोग गर्नु, सञ्चो हुन्छ ।

अथवा- सोधित गन्धक आधा मासा, २ तोला गाईको घिउमा फुराएर अलि अलि कालो भएपछि मनतातो छँदैमा खाली पेटमा खानाले या भातमा हालेर मुछेर पहिलो गासमा यो खानु । यसरी

केही दिनसम्म सेवन-(प्रयोग)गर्ने गर्नाले लुतोमा लाभ गर्दछ ।

वमनाशक उपाय

पित्तपापडा २ तोला लिएर आधा सेर जलमा पकाउनू । चार खण्डको एक खण्ड बाँकी भएपछि झिक्नू, त्यसमा मह मिलाएर पिउनू ज्वरसहितको वमन ठीक हुन्छ ।

अथवा- सानो हर्रेको चूर्णमा मह मिलाएर चाट्नाले अथवा पानीमा पुरानो चामल भिजाएर एक घण्टापछि पानी छुट्याई त्यसमा थोरै मिश्री मिलाएर पिउनाले अथवा पिपलाको वृक्षको सुकेको बोक्रा जलाएर खरानी बनाई पानीमा भिजाएर अलिअलि गरेर पिउनू वमन ठीक हुन्छ । उपाय अनुभूत छ । वमनसाथ तीर्खा र दाह छ भने दाखको रसमा मह मिलाएर पिउनू या चौलानीमा थोरै जाइफल घोटेर पिउनाले हिक्का र वमन ठीक हुन्छ, या गिलोये (गुर्जो) को काँढा बनाएर ठण्डा गरी मह मिलाएर पिउनाले वमन ठीक हुन्छ ।

कपूर, कचरी समानभाग मिलाएर कुटी पिसी कपडछान गर्नु, महका साथ चटाउने गर्दै रहनु आराम मिल्दछ । मात्रा-२ रत्तिदेखि ६ रत्तिसम्म ।

ववासीरमा

रगत आएको छ भने दूबोको रस ५० ग्राममा चिनी मिलाएर खानु ।

अथवा- नागकेशर १० ग्राममा दूबोको रस ५० ग्राम मिलाएर पिसनु र खानु । दुखेको छ भने १ ग्राम जति भाङ पनि मिसाएर खानु । रगत आएको छैन भने हर्रो २० ग्राम जति लिई गउँतमा पिसेर गुडका साथ ७ दिनसम्म खानु । रगत आएको छ भने दिशा वस्दा फिट्किरी जलले (मलअङ्ग) धुनु ।

अथवा- सिधेनून, इन्द्र जौ, सूँठो, बेल, चितो यी सबै समभाग लिएर चूर्ण गर्नु, गाईको महीसँग नित्य ३ मासाका दरले सेवन गर्ने गरेमा बवासीर सञ्चो हुन्छ।

वात रोगमा

२५ ग्राम धतुरोको बीज पिसेर ६०० ग्राम सर्स्युको तेलमा ७ दिनतक भिजाइ राख्नु, त्यसपछि छानेर त्यो तेल मालिश गर्ने गर्नाले फाइदा गर्दछ।

अथवा - दालचिनी ३ तोला, तोरीको तेल २० तोला, सूर्ति ३ तोला, लसुन ३ तोला, कुचला ३ तोला, एति सबै एकत्र मिलाई पिसी मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु, जब पाक्दछ, तब उतारेर छान्नु र सो तेल सिसीमा राख्नु। जहाँ दर्द भएको छ त्यहाँ लगाई मालिस गर्ने गर्नाले सबै किसिमका पीडा र वातरोगमा निकै लाभ गर्दछ।

वात-कफको औषधि

(अष्टमङ्गल रस)

सुठो, मरीच, पिपला, हर्रो, बर्रो, अमला, सोधित पारो, सोधित गन्धक समान भाग लिई गन्धक र पाराको कज्जल बनाउनु; उपरोक्त ६ चीजको चूर्ण बनाएर खलमा सबै चीज मिलाएर खूबसँग घोट्नु, राम्रोसँग मिलिसकेपछि महमा मिलाएर खानाले वात कफजन्य खोकि आदि हरेक रोगमा फाइदा गर्दछ।

वाकवाकीमा

सुन्तलाको बोक्राको धूलो १ मासा बनाई चाट्नाले वमन बन्द हुन्छ।

अथवा- तुलसीको रसमा अलैंचीको धूलो र मिश्री मिलाएर खाएमा वाक्‌वाकी आउन बन्द हुन्छ ।

वान्ता गराउनमा

नीमको बोक्रा पकाएर काढ़ा बनाईखानाले वान्ता गराउँदछ । (कफबाट भएको तृषा पनि शान्त हुन्छ) ।

वायु बढेर पेट ढाडिएमा

मुसावर चूर्ण १ मासा, हिङ१ मासा, महसँग मिलाएर १०-१२ गोली बनाउनु, १ गोलीको मात्रा गरी दिनको २ पटक खानु निको हुन्छ ।

अथवा - भोजनको पहिल्यै सिधेनून र अदुवा मिलाई खानाले भोक जाग्दछ । अरुची नाश भई जिभ्रो र घाँटी पनि सफा हुन्छ । वायु बढेर पेट ढाढिने कुरै आउँदैन ।

वाथसम्बन्धी रोगमा

सिधेनून ४ तोला, आँकको दुधमा फेटेर सुकाउनु । १ मासाको मात्रा गरी बिहान बेलुकी खानेगर्नाले क्षय र वाथसम्बन्धी रोग का साथै खोकी पनि निको हुन्छ ।

विषमज्वरो (टाइफाइड) मा

पलाँशका केही पातहरू टिपेर हातमा मलेर मसिनो र सफा कपडाले पातलाई बेर्ने र ज्वरो आएका ब्यक्तिले बिहान-बिहान २-४ दिन सुँघ्ने गरेमा विषमज्वरो (टाइफाइड) हराएर जान्छ ।

अथवा- बोझो, हर्रो र घिउ यी तीनऔटै चीजलाई रोगीको नजिकै आगोमा धूप दिनाले विषमज्वरो हट्दछ।

अथवा- नीमको पात, बोझो, हर्रो, सेतो सर्स्यूँ र गुग्गुल आगोमा धूप दिई सो धूपको नस लिने गरेमा विषमज्वरो हट्दछ।

अथवा- सेतो करवीरको जरोलाई आइतवार बिहानै निमन्त्रण एवं पूजा गरी उखेलेर रोगीको कानमा बाँध्नाले विषमज्वरो नष्ट हुन्छ।

अथवा- तुलसीको पातको रस, लसुनको रस र मरीचको धूलो मिलाएर खानाले सो रोग सञ्चो हुन्छ।

अथवा- कालो जिरा, मरीच र गुड बराबर मिलाई पिसेर खानाले विषमज्वरो सञ्चो हुन्छ।

अथवा- सुँठो, जीरा, गुड, यी सब एकत्र गरी पिसी तातो पानी या मदिरासँग सेवन गर्नाले विषमज्वरो निको हुन्छ।

विषादि कीराले टोकेकोमा

जुन ठाउँमा टोकेको छ त्यस ठाउँको खील फ्याँकेर 'आरोग्य विन्दु' वा 'अमृत विन्दु' या 'हिलर मलहम' लगाउनु।

विषालु चीजले टोकेकोमा

जनु ठाउँमा सर्प आदि विषालु चीजले टोकेको छ त्यस ठाउँ देखि माथि सर्पको विष सर्न नपाउने गरी कमलो डोरीले मस्काएर बाँध्नु र टोकेको ठाउँबाट रगत निकालेर (आफ्नो) पिशाव फेर्दिनु-गर्दिनु वा पोटास पानीले धुनु।

अथवा- गाईको घिउ, सिधेनून मिलाएर तताई बिच्छिले टोकेको ठाउँमा लाउनु बिच्छिको विषले असर गर्दैन।

अथवा- शिरीषको दाना, स्यूँडीको दूधमा घोटेर टोकेको ठाउँमा लेप लगाइदिनु बौलाहा कुकुरको विष उत्रन्छ।

अथवा- चामलको पीठो मुछेर १-२ मासा भेंडाको रौंलाई खरानी बनाई मिलाइ खानु बौलाहा कुकुरको विषको असर जान्छ।

अथवा- धतुराको जरो १ मासा दूधमा घोटेर पिउने गर्नु, बौलाहा कुकुर आदिको विष जान्छ।

अथवा- हलेदो, चुत्रो, मजीठो, नागकेशर, एति ४ थोक मिलाई चिसोपानीमा घोटेर वा पिसेर लाउनु माकुरादिको विष नष्ट हुन्छ।

अथवा- धतुराको जरो १ मासा दूधमा घोटेर पिउने गर्नु, बौलाहा कुकुर आदिको विष जान्छ।

अथवा- सुवर्णभस्म १ लाल घ्यू र मह (विषमभाग पारी) मिलाई नित्य खाने गरेको छ भने कुनैको पनि विष लाग्दैन।

वीर्य पातलो भएमा

तुलसीको बीउ एक माना जति पानामा हालेर खाने गरेमा वीर्य गाढा र संभोगशक्ति प्रदान गर्नमा मद्दत पुऱ्याउँछ।

शरीर पुष्टिमा

भाङ २ मासा, गोरखपान ८ मासा, मरीच १ मासा, मिश्री १० मासा, खाँड ३ तोला, एकत्र गरी पिसी २७५ मि. ग्रा. जति पानी या दूधसँग पिउनाले शरीर पुष्टि हुन्छ, बल बढाउँदछ, साना-तिना रोग नजिक आउन सक्दैनन्।

शरीर सुन्निएकोमा

अदुवाको रसमा पुरानु सखर मिलाई खानाले सारा शरीर सुन्निएकोमा फाइदा गर्दछ।

शरीर दुर्गन्धित छ भने

राम्रो खालको चन्दन, कस्तुरी र जौको पीठो समभाग मिलाएर शरीरमा मल्ने र मिल्छ भने बेलुका लगाएर सुत्ने, बिहान राम्रो खालको साबुनले नुहाउने गरेमा दुर्गन्ध आउन बन्द हुन्छ।

शिर (टाउको) दुखेमा

पहाडिया करेलाको फूल, सेतो गुलाफको फूल, हर्राको बोक्रा सबै बराबर मिलाएर पिसी कपडछान गरी महमा ठूलो केराउको दाना जत्रो गोली बनाई राख्नु र २ गोली बिहान, २ गोली बेलुका तातो पानीसँग खाने गर्नाले अद्भुत चमत्कार देखाउने छ।

शीत ज्वरमा

गुलाफ, फिटकरी १ सेर, सोधित शंखिया १ मासा, माटाका हाँडीमा राखेर माटाको ढक्कन लगाई माटाले नै मुख-(चर) बन्द गरी सुकेका गोबरका गुईंठामा पकाउनु, त्यो भस्म (खरानी) भएपछि लावा जस्तो हुन्छ, पिसरे कपडाले छानी १ मासाको मात्रा गरी तातो पानीसँग ३-३ घण्टामा ख्वाउने - (खाने) गर्नाले आराम हुन्छ।

शीत पित्तमा

अदुवाको रस र पुरानो गुड मिलाएर खाने गरेमा शीतपित्त रोग निको हुन्छ।

शीघ्रपतनमा

तुलसीको पात र तुलसीको बिउ दुवै मिलाएर चपाएर खाने गरेमा शीघ्रपतन हुनबाट बच्न सकिन्छ।

अथवा- तुलसीको वीउको चूर्ण ३/४ रत्ति पानको बीडामा हालेर खानाले शीघ्रपतन (चाँडै वीर्य स्खलित हुने) रोग नष्ट हुन्छ। (स्वप्नदोषको रोग पनि निको हुन्छ)।

जिमिकन्द अथवा तुलसीको जरालाई चूर्णगरी पानमा राखेर मैथुनका समयभन्दा पहिले खाई संभोग गर्नाले छिटो वीर्य झर्दैन।

अथवी- भँगेराको अण्डामा नौनीकासाथ पिसेर संभोगका समयमा दुवै गोडाको पैतालामा लेप गर्नाले वीर्य झट्टै झर्दैन। स्तम्भन भई रहन्छ रे। परन्तु यो औषधी लगाएपछि भुँमा न टेक्नु, संभोग गरेर तृप्ति भए पछि भने टेके पनि हुन्छ।

अथवा- नीलकमल, सेतोकमल, केशर, मह र मिश्री एकत्र गरी पिसेर संभोगका समयमा आफूले नाभीमा लेपन गरी संभोग गरेमा छिटो वीर्य झर्दैन र लिङ्ग दृढ भइराख्छ।

अथवा - गाईको सिङ्को बाहिरी भाग (आफैं झरेको-फुक्लेको) लाई अग्निमा डढाई दिनु, त्यसबाट निक्लेको धुवाँमा कपडा पार्नु, आवश्यकतामा सो कपडा शरीरमा ओडेर (लगाएर) स्त्री प्रसङ्ग गर्नाले वीर्य स्तम्भन भई आनन्द हुन्छ रे।

अथवा- वरको ताजा बोक्रा लिएर छायाँमा सुकाउनु र चूर्ण बनाउनु। ४/४ मासा बिहान बेलुका तातो दूधसँग सेवन गर्नु शीघ्रपतन रोग नष्ट हुन्छ।

अथवा- अमिलीको वीउलाई चारदिनसम्म पानीमा भिजाइ राख्नु, त्यसपछि पानीले राम्रोसँग धुँदा बोक्रा गएपछि पिसनु र यस औषधीको दुइगुना (दोब्बर) गुड मिसाई गुच्चा बराबरको गोली बनाई बेलुका सुत्ने बेलामा दूधसँग सेवन गर्नाले शीघ्रपतन रोग नष्ट हुन्छ।

अथवा- कमरमा फिट्किरी बाँधेर संभोग गर्नाले छिटो वीर्य स्खलन हुँदैन वा केही बेर रोक्नमा मद्दत गर्दछ।

अथवा- न्युपरकेनाल मलहम या बुटायल क्रीम लिङ्गमा लगाई संभोग गर्नाले शीघ्रपतन रोग कम हुन जान्छ।

शीघ्रपतनका रोगीहरूले प्राकृतिक तरिकाबाट उपचार गर्दा ध्यानदिनु पर्ने केही कुराहरू–

हस्तमैथुन आदि अप्राकृतिक कार्यमा आदत बसेको छ भने तुरुन्त त्याग गर्नुपर्दछ।

बेलुका सुत्ने बेलामा अनिवार्यरूपले पिशाब फेरेर मात्र सुत्ने गर्नुपर्दछ।

दिशा पिशावको वेग रोक्न हुँदैन। मादकपदार्थको सेवन सर्वथा त्याग गर्नुपर्दछ।

अश्लील पुस्तक–पत्रिकाहरू, अश्लील फोटो–चलचित्रहरू हेर्ने पढ्ने गर्नुहुँदैन।

ज्यादा पिरो, ज्यादा अमिलो र अधिक गुलियो, नुनिलो खाने गर्नुहुँदैन।

कुनै पनि औषधीहरू शीघ्रपतनको निवारणको लागि प्रयोग गर्ने गरिएको छ भने कम्तिमा १ महिनासम्म लगातार सेवन गर्नु।

संभव छ भने बेलुका सुत्ने बेलामा मनतातो दूध दैनिक रूपमा खाने गर्नु।

बिहान सबेरै उठेर १४–१५ मिनेट टहल्ने-घुम्ने गर्नु।

बेलुका सुत्ने बेलामा एउटा तामाको भाँडामा पानीमा त्रिफला राखी ढकनले ढाकेर बाहिर शीतपर्ने ठाउँमा राख्ने। बिहान उठ्ने बित्तिकै सो पानी सनन्न पिउने गर्नाले दिशा खुलेर आउँछ, मधुमेह - प्रमेह आदि रोगहरू भए कम हुँदै जान्छ। स्मरणशक्ति बढ्दछ, नशा अम्मल गर्ने गरेको छ भने पनि कम गराउन सहायक हुनुका साथै शीघ्रपतनमा ठूलो लाभ गर्दछ।

शूलमा

त्रिफला, रायो कुटी समभाग लिइ मसिनो गरी पिसनु र घ्यू र मह (विसम पारी) खानाले सर्व शूल निको हुन्छ ।

अथवा- एक चिम्टी हिङ तातो पानीसँग खानाले शूल रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- आधा पाउ कागतीको रस, २ तोला विरेनून, ६ मासा हिङ, तासेको कागतीको बोक्रा, वियाँ फ्याँकी हिङ हाल्नु, सिसीको मुख राम्रोसँग बन्द गरी २१ दिनसम्म भैंमा गाडिदिनु, पछिबाट झिकेर १ तोलाका दरले खानु शूल नष्ट हुन्छ ।

अथवा- कागतीको बोक्रा मात्र खाए पनि वायुसम्बन्धी शूल नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ तोला चरिअमिलीको पातको काढ़ामा १ लाल भुटेको हिङ मिसेर पिउनाले पेट दर्द र शूल समेत नष्ट हुन्छ ।

अथवा- १ तोला सिमलीका पातको रसमा १ मासा मरीच र ज्वानोको धूलो मिलाई खानाले पेटमा भएको वात सञ्चय र त्यसबाट हुने उदरशूल आदि रोग नष्ट हुन्छ । पाचनशक्ति बढ्दछ । पेटभित्र वायुको सञ्चय हुँनपाउँदैन, पेटका तमाम रोगहरू नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- हिङ १ लाल, मरीचको धूलो १ लाल, सुठोको चूर्ण १० लाल, बाक्लो गुद मिसेर गोली बनाउनु र २ गोलीका दरले खानाले असह्य शूल निश्चय निको पार्दछ ।

सर्दीमा

अलिकता भीमसेनी कपूर खाने र केही सुँघ्ने गरेमा हट्दछ । सर्दीबाट भएको बन्द नाक पनि खुलाइदिन्छ ।

सर्दीको ज्वरोमा

तुलसीको पात १० ग्राम, मरीच १० ग्राम, पतिना ५ ग्राम, धनियाँ १० ग्राम यी सबै एकत्र गरी ४०० मि. ग्रा. जति पानीमा पकाई जब १०० ग्राम जति रहन्छ, तब १० ग्राम मिश्री मिलाई पिउने (खाने) गर्नाले लाभ गर्दछ ।

सन्निपातको औषधि

घोडटाप्रे (ब्राह्मी), सयपत्रीको फूल, बेलपत्र, तुलसीपत्र, हाडे बदम, दरिया, नरिवल, काँक्राको बिजाँ यी सबै समान भाग लिई कुटी-पिसी छानी रस निकाल्नु र दिनमा ४ पटक ३-३ घण्टामा खान दिनु फाइदा गर्दछ ।

सर्वपीडाहर तेल

सर्स्युंको तेल ६ छटाँक, तारपीनको तेल १ छटाँक, कपूर १ छटाँक, अफिम ३ मासा मिलाएर राख्नु, हरेकको पीडा -दर्दमा काम दिन्छ - लाभ गर्दछ ।

सर्प आदि विषालु कीराबाट बच्न

मूलाको (बिउको) झोलमा हात डुबाई बिच्छी अथवा सर्पादि विषालु जन्तु समाते पनि टोक्दैन । बिच्छी आदि जन्तु मूलाको पातको झोलमा हालिदिए मर्दछ । मूला सधैं खाइरहने व्यक्तिलाई बिच्छी आदि जन्तुले टोक्दैन, टोकिहाले पनि विषले असर गर्दैन ।

सर्पले टोकेकोमा जान्नुपर्ने कुराहरू

१. यदि हात गोडामा टोकेको भए टोक्ने बित्तिकै टोकेको

ठाउँभन्दा केही माथि र केही तलतिरपट्टी ३/४ ठाउँमा कुनै कमलो डोरीले बाँध्नु । जसमा कि अरु अङ्गमा-शरिरमा विष संचालन हुन - फैलिन नपाओस् ।

२. त्यसपछि टोकेको ठाउँमा होशियारीपूर्वक खिया न लागेको पत्ती वा छुरी (या नयाँ पत्तीले) क्रस X चिह्न पारी चिरी रगत निकालिदिनु ।

(काट्दा नशाको विचार-ख्याल राख्नु, नशा नै काटिएला ?)

३. पाइए पोटास पानीले धुने ।

४. न पाइए गाईको गउँतले धुने, यदि यही पनि न पाइए आफ्नै पिशावले धुने ।

५. यदि डोरीले बाँध्न मिल्ने ठाउँ छैन भने पनि टोकेको ठाउँवाट तुरुन्त (केही काटेर) रगत निकालिदिने ।

६. टोकेको ठाउँमा तुरुन्त काट्न-चिर्न-रगत फाल्न पाइएन भने १०/१२ मिनेट पछि काटेर फाल्नुमा कुनै औचित्य रहँदैन, बरु हानि गर्न सक्दछ ।

७. सुत्न - निदाउन दिनु हुँदैन । विशेषत: दवाई, पानी वाहेक अरू चीज खान पनि दिनु हुँदैन ।

८. सर्पले टोकेको व्यक्ति (रोगी) आत्तियो भनेर दूध खुवाउनु हुँदैन । के हुन्छ भने सर्पले टोकेको अवस्थामा दूध पनि विष नै बन्दछ रे ।

९. शरीर भित्र डाह किन न होस्, बाहिर शरीर चिसो हुन्छ ।

१०. यदि चानसवश कुनै अप्ठयारो (बाँध्न न मिल्ने) ठाउँमा सर्पले टोकेको छ र रगत निकालेर फाल्न मिलेको छैन भने, टोक्ने बित्तिकै एक डेड माना तात्तातै (पिशाव गर्दागर्दैको) गोमूत्र

पियाइदिनाले रोगीको आकस्मिक र प्राथमिक उपचार हुन जानेछ ।

सावधान- सर्पले टोकेको अवस्थामा बाहेक अरू बेलामा निस्तापेटमा धेरै मात्रामा गोमूत्र सेवनले मरणासन्न पार्न सक्दछ ।

११. पाइए गाईको वा भैंसीको १० वर्ष पुरानो घिउ टोकेको ठाँउमा लगाउने र खाने गरेमा विष उत्रन्छ रे । कसै-कसैले संग्रह गरेर राखेका हुन्छन् ।

१२. प्राय: चलन वा बूढा पुरानाहरूको के भनाइ रहेको पाइन्छ भने-कुनै मानिसलाई सर्पले टोक्यो भने मान्छेको शरीरबाट विष नउत्रीकन त्यो सर्प मार्नु हुँदैन, विष न उत्रन सक्छ रे ।

१३. परीक्षा- रोगीको अवस्था विचार गर्न (वा विष कत्तिको फैलिंदै गएको छ भन्ने जान्नको लागि खुर्सानी नीम, वा पिंडालुको बोक्रा ताछेर खान दिनु । विषको असर ज्यादा भएको रहेछ भने पीरो, तितो वा कोक्याएको अनुभव-स्वाद आँउदैन । विषको प्रभाव ज्यादा न भएको भए पिरो हुनें, तितो लाग्ने या कोक्याउँदछ ।

१४. आध्यात्मिक शास्त्र अन्तर्गत ज्योतिष शास्त्रमा के लेखिएको छ भने - ''कृत्तिका, मूल, मघा, विशाखा, अश्लेषा, भरणी र आर्द्रा यी नक्षत्र भएका बेलामा सर्पले टोके गरुडले पनि रक्षा गर्न सक्दैनन्, त्यो अवश्य मर्दछ-'' (ज्योति:सार, मुहूर्त प्रकरण पृष्ठ सं. १००)।

यो उद्धृत गर्नुको तात्पर्य - यस्तो नक्षत्र परेको बेलामा टोकेकालाई औषधी उपचार न गर्नु भन्ने होइन, किन्तु उद्योग र भाग्य आ-आफूले नै अनुभव यद्वा उपभोग्य छ - (आ० सा० द०) ॥

सर्पले टोकेकोमा केही औषधीहरू

तुलसीपत्रको रस कानमा हालिदिनुका साथै खुवाउनु र तुलसीको जरा पानीमा घोटेर टोकेको ठाउँमा लगाइदिनु, सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- ५ तोला तुलसीपत्रको रस खुवाउनु र तुलसीको जरा नौनीमा पिंधेर लेप जस्तो बनाउनु र टोकेको ठाउँमा लगाइदिनु, (यो लेप सेतो रङ्गको हुन जान्छ)। जब यसले सर्पको विष तान्दछ र कालो हुँदै जान्छ, तब त्यो लेप हटाएर अर्को फेरि बनाएर लेप लगाउनु। यस्ता प्रकारले धेरै पटक लगाउनु सर्पको विष शान्त हुन्छ।

अथवा- २ तोला तुलसीपत्र र मरीच १०-१५ दाना पिंधेर आधा-आधा घण्टामा खुवाउनु। साथै तुलसीपत्र र तुलसीकै जरो पिंधेर टोकेको ठाउँमा लगाउनु, सर्पको विष शान्त हुन्छ।

अथवा- कागतीको बिउ (गेडा) ९मासा पिंधी खानाले सम्पूर्ण प्रकारका सर्पका विष नष्ट हुन्छन्।

अथवा- आधा तोला दूबोको रस र तीन मासा चामल मसिनो गरी पिंधी मिश्री मिलाई पिउनाले सर्पको विष नष्ट हुन्छ।

अथवा- करेलाको रस रोगीलाई पेटभरि खुवाउनु, वमन हुन्छ, फेरि पिलाउनु, एवं रितले बमन बन्द न भएसम्म पिलाइ रहनु। बमन बन्द हुन छाड्यो भने सर्पको विष निख्रेछ भनि जान्नु। करेलाको रस (बाक्लो गरी) लेप जस्तो बनाई घाउमा लगाउँदा पनि लाभ दिन्छ।

अथवा- गुर्जाको गानो १/२ मासा पानीमा पिंधेर पिउनाले बमन भएर सर्पको विष निक्लन्छ।

अथवा -

सिधेनून र पीपला मरिच ली पिंधी अदूवा यति।
घ्यू नौनी मह मीसि खानु बसनु चिन्ता न गर्नू रति॥

अथवा -

चौलानीसित साठिको जड पिए कुहिन्छ सर्पादि विष्।

अथवा - १ तोला देखि ५ तोलासम्म धतुरोको पातको रस पिलाउनु, नाकमा समेत अलिकता हालि नश लिन लगाउनु । टोकेको ठाउँमा पनि लगाइदिनु, सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- नास्पतीको पात पिंधेर सर्बत बनाई पिउनाले सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- वरको मुण्टा पिंधी लगाउनाले पानीसर्पको विष उत्रन्छ ।

अथवा- १०/१२ दाना कागतीको रस मिश्री मिलाई पिउनाले अफिमको विष र सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- २ तोला चरिअमिली पिंधेर पानी मिलाई खानु र यही औषधीको लेप टोकेको घाउमा लगाएर बाँधिदिनाले सर्पको विष नष्ट हुन्छ ।

अथवा- जीरे खुर्सानी अथवा जुनसुकै खुर्सानी भएपनि चन्दन जस्तो मसिनो र बाक्लो पारी टोकेको ठाउँमा लफ्रक्क लगाई त्यसमाथि तामाको पैसा वा तामाको कुड्का (टुक्रा) त्यही औषधी माथि राखि कपडाले कसिदिनु, जब पीरो हुन लागेको थाहा पाउन लागिन्छ तब मात्र फुकाउनु । विष छउञ्जेल पिरो हुँदैन ।

अथवा- सिमलीको जरा, बोक्रा पात पिंधेर चन्दन जस्तो पारी टोकेको ठाउँमा लेप गर्नु; सिमलीकै पातको ताजा रस छानेर रोगीका नाकमा पनि अलिकता हालिदिनु र ३-४ तोला जराको काढा पनि रोगीलाई पियाउनु । यसले सर्प र बिच्छिको विष समेत नष्ट हुन्छ । अरू जनावरले टोकेकोमा पनि फाइदा गर्दछ ।

सर्पले टोकेर वेहोश भएमा

सर्पले टोकेर मनुष्य मुर्छित भएको छ भने जीरे खुर्सानीको धूलो जिभ्रामा हालिदिनु, न मरेको भए होश खुल्दछ ।

सर्पबाट बचाउमा

नौसादर पानीमा घोलेर घरको वरिपरि छर्कनाले सर्पहरू त्यसको गन्धले आउँदैनन् ।

अथवा- बामरीको पात पिसेर पानीमा मिलाई छर्कनाले पनि सर्पहरू आउँदैनन् ।

सुके लुतोमा

शरीरमा गाईको गोबर खूब मल्नु, तातो पानीले स्नान गर्नु, दिव्य देह हुन्छ । फोडा, लुतो, जुनसुकै घाउ खटिरा भए पनि निको हुन्छ ।

अथवा- ६ मासा मूलाको रस, दस माशा नून, दश तोला तोरीको तेलमा मिलाएर मालिस गर्नु र एक घण्टा पछि नुहाउने गर्नु, सुकेलुतो भागाभाग ।

सुख्खा दादको लागि

सुख्खा दादको लागि बदामको बोक्रा, शीशमको काठ, नरीवलको जटा भित्रको कडा भागको टुक्राको तेल अथवा गहुँको तेल दादमा लगाउनू । यो पनि दादको लागि अत्युत्तम अनुभूत औषधि हो ।

अथवा- एउटा माटाको हाँडीमा यौटा कचौरा राख्नू । त्यो हाँडीको पींधमा प्वाल परेको यौटा अर्को हाँडी राख्नू, प्वालमा केही सिन्का यसरी राख्नू कि त्यसबाट खसेको तेल कचौरामा परोस् । यस हाँडीमा गहुँ भरेर ढाकिदिनू, अनि कपडामा रातो माटो लिपी दुवै हाँडीमा लपेट दिनू । यौटा खाडल खनेर दुवै हाँडीलाई यसरी राख्नू कि तलको हाँडी जमिन मुनि रहोस् । अब माथिबाट हाँडीको

चोरैतिर गुँइठा राखेर चारैतिरबाट आगो लगाइदिनू । यसरी गहुँको तेल कचौरामा खस्दछ । ठण्डा भएपछि निकाल्नू । यदि काम चलाउको लागि थोरै तेल निकाल्नु छ भने यौटा फलामे पन्यू आगोमा तताउनू अलिकति गहुँ ताउमा राखेर माथिबाट तताएको पन्यूँले थिच्नू । पन्यूको तातोले ताउमा थोरै गहुँको तेल निस्कन्छ । त्यसलाई दादमा लगाउनू । सुख्खा दादको लागि अमोघ औषधि हो ।

बदामको बोक्राको तेल निकाल्ने विधि

एउटा फराकिलो मुख भएको हाँडीमा बदामको बोक्रा भरेर त्यसमा एक कचौरा राखिदिनू । हाँडीको मुखमा एक तसला राखेर पिठो र माटोले त्यसको मुख बन्द गरेर त्यसलाई आगोमा राखिदिनू र तसलामा पानी भर्दिनू । पानी तातेपछि बदल्दै गर्नू, अधिक तातो हुन नपाओस्, पछि खोल्दा कचौरामा टिन्चरको रूपमा रातो रातो जस्तो पानी भरिएको हुन्छ । यो तेल दाद एग्जीमा आदि छालाको रोगको लागि रामबाण औषधि हो । यदि हाँडीमा बदामको बोक्रा, शीशमको काठको सानासाना टुक्रा र नरिवलको जराको भित्रको साह्रो भागको टुक्रा समभाग मिलाएर यही विधिले सबैको तेल निकाल्यो भने झन् बढी लाभदायक सिद्ध हुन्छ । परीक्षा गरेर हेर्नू, औषधि अनुभूत छ ।

अथवा- जङ्गली गोभी (वनगोभी) को पात सर्स्यूँको तेलमा राम्ररी पकाउनू र पिनेर राख्नू, दादमा नित्य लगाउनू । वनगोभीको पात दादमा रगड्नाले पनि बढी लाभ हुन्छ ।

अथवा- कलमी सोडा एक भाग, नौसादर दुई भाग, सुहाग चार भाग सबै मिलाएर खल गरी दादमा नित्य लगाउनू । आराम हुन्छ ।

सुन्निने रोगमा

चरिअमिली पानीमा पिंधेर पुल्टिस जस्तो बनाई तात्तातै सूजभएको (सुन्निएको) घाउमा लगाई बाँध्नाले दाह पीडा शान्त हुनुका साथै सूज पनि निको हुन्छ ।

अथवा- १ पाउ सिमलीको पात दगल्च्याई कुट्नु, माटाका भाँडामा हाल्नु, मुख छोपिदिनु, मन्द आगोमा गुम्स्याउनु, भित्रको पात पाकेपछि बिर्को उघार्नु (झिक्नु), त्यो पात निकाली तात्तातै सुनिएका ठाउँमा राखी तुरुन्त बाँधिदिनु, ४ घण्टा पछि त्यो खोलेर अर्को पात राखि बाँधिदिनु । यसो गर्ने गर्नाले जस्तै सूज (सुनिएको) भएको भए पनि निको हुन्छ । हात गोडा मर्केमा पनि सोहि सरह बाँधिदिनु ठिक हुन्छ । पुराना सूजमा पनि धेरै दिन गर्नु पर्ने अवस्था छ भने जुलाब गराएर मात्र औषधि प्रयोग गर्नु, बीच बिचमा पनि जुलाब गराउँदै जानु, आराम हुन्छ ।

सुत्केरी रोगमा

१ तोला सिमलीको पातको काढा बनाएर पिउने गर्नाले सुतिकाको ज्वरो नष्ट हुन्छ । गर्भाशयको संकोचन हुन्छ, भित्रको मैलो-धैलो निस्किन्छ र सफा हुन्छ । गर्भाशयभित्र पाठेघरको सूज पनि पनि नष्ट हुन्छ । प्रसुती अवस्थाको श्राव हटाउँछ । घाउ भरिदिन्छ । घाउभएको पनि निको हुन्छ ।

सुत्केरीको तागत बढाउनमा

५ तोला धर्जेराको फूल, ५ तोला घिउमा भुटेको सालीधानको चामलको पीठो र घ्यूमा भुटेको गहुँको पिठो ५ तोला मिलाई दूधमा खूब पकाउनु, अनि आधा पाउ मिश्रीको चास्नी बनाई (मिलाई)

त्यसैको ३१ ओटा लड्डु बनाउनु । १/१ ओटा लड्डू बिहान बेलुका दूधसँग खाने गर्नाले मासिक धर्म, रगत खराब, सूत्तिका, वायु आदि सबै रोग नष्ट भई छिट्टै खूब तागत आउँछ ।

सेतो र कालो दागमा

मुखमा वा अरू ठाउँमा भएको दागमा चूक, अमिलो वा पानीमा नून घोटेर राती लेप गर्नु र भोजनको पहिलो गाँसमा नून खाएर अनि भोजन गर्नु, बिस्तारै दाग हराउँदै जान्छ ।

अथवा- राती मुखमा घ्यू घसेर सुत्नु र बिहान मनतातो पानीले मुख धुने गर्नु ।

अथवा- राती सुत्ने बेलामा मुखमा मह घसेर सुत्ने गर्नु र बिहान ठण्डा पानी र साबुनले धुनु, यसरी केही दिनसम्म प्रयोग गर्ने गर्नाले केही दिनमा मुख सुन्दर हुँदै जान्छ ।

सेतो आउँको औषधि

असली सूप १ छटाँक, काँचो सूप १ छटाँक, काँचो जीरा १ छटाँक, दालचिनी १ छटाँक मिलाएर तामाका भाँडामा भुटी, पिसी, छानी सिसीमा राख्नु, आवश्यक परेको बेलामा ११/२ तोलाको मात्रा गरी ४ पटक तातो पानीसँग सेवन गर्ने गर्नु ।५-६ दिन सम्ममा नियमित खाए रोग निको हुन्छ ।

पथ्य- काँचो केराको तर्कारी मोहीसित खानु, पुरानो चामलको भात खानु ।

सैन खटिरो भएमा

यो एक प्रकारको खटिरा हो । यसबाट बिषालु पानी

निक्लीरहन्छ । त्यो पानी जहाँ लाग्दछ त्यो ठाउँ पनि पाक्छ । घाउको आसपासमा चालनी जस्तो छिद्रै छिद्र हुन्छ, घाउ पाक्न बढ्दै जान्छ । यसको लागि एक छटाक सिसा फलामको डाडूमा पगालेर त्यसमा तीन तोला पारो राखेर कुनै भाँडामा राख्नू; जब ठण्डा हुन्छ अनि एक छटाक गन्धकसँग मसिनो गरी पिनी यस चूर्णलाई सर्स्यूँको तेलमा मिलाएर लगाउनाले श्येन खटिरा आराम हुन्छ ।

अथवा– विषालु पानी आउने श्येन खटिरामा डुम्री दहीको पानीमा मसिनो गरी पिसी त्यसको लेप गर्नू, जब सुक्दछ अनि फेरि लेप गर्नू । यो लेप पोल्दछ तर दुखेको सहनू, न हडबडाउनू आराम हुन्छ ।

नाडीव्रण र भगंदरको लागि युवक मरेको मानिसको खप्परको भस्म व्रण (खत) को भित्रसम्म लगाउनू, भगंदरको माथि लगाउनू ।

आधा पाउ सिमालीको रसमा १ पाउ तिलको तेल हाली पकाउनु, तेलमात्र बाँकी रहेपछि यो तेल जुनसुकै घाउ खटिरोमा प्रयोग गरे पनि हुन्छ । सैन खटिरो समेत निको हुन्छ ।

अथवा– सर्पको काँचुली बालेर खरानी बनाउने र बरको दूध मिलाएर घाउमा भरिदिने गरेमा सैन पल्टेको घाउ आराम हुन्छ ।

संग्रहणीमा

बेलपत्र ६ मासा, विरेनून २ मासा, मरीच १ मासा, १ पाउ पानीमा मिलाएर पिउने गर्नाले संग्रहणी रोग नाश हुनुका साथै हात पाउ पोल्ने, वाथरोग, वमन आउनु आदि रोगहरू नाश हुन्छन् ।

अथवा– आधा सेर मोही र खरबुजाको बीज १ तोला पिसेर मिलाएर ४० दिनसम्म खाने गरेमा निको हुन्छ ।

स्वप्नदोषमा

प्रत्येक दिन चिसो पानीले नुहाउने र व्यायाम गर्ने, शुद्ध शिलाजित आधा-आधा ग्राम त्रिफलाचूर्णसँग खाने गर्नाले स्वप्नदोष ठिक हुन्छ ।

अथवा– त्रिफला, बोझो, गुड र चाकु समभाग मिलाएर सानो-सानो गोली बनाउनु र १/१ गोली चिसो पानीसँग बिहान बेलुका खाने गर्नाले स्वप्नदोष ठीक हुन्छ ।

अथवा- बनतुलसीको वीउ कुटेर बिहान बेलुका १/१ चम्चा चिसो पानीसँग खाने गरेमा स्वप्नदोष हुनबाट बचाउँछ ।

अथवा- प्रत्येक दिन चिसो पानीले नुहाउने र व्यायाम गर्ने, शुद्ध सिलाजित आधा-आधा ग्राम त्रिफलाचूर्णसँग खाने गर्नाले स्वप्नदोष ठीक हुन्छ ।

अथवा- त्रिफला, बोझो, गुड र चाकू बराबर मिलाएर सानो सानो गोली बनाउने र १-१ गोली चिसो पानीसँग बिहान बेलुका खानाले स्वप्नदोष हुन बन्द हुन्छ । स्वप्नदोष हुने रोग छ भने वन-तुलसीको बीउ कुटेर बिहान बेलुका १-१ चम्चा चिसो पानीसँग खाने गरेमा स्वप्नदोष हुनबाट बचाउँछ ।

स्तन साहारो गर्नु परेमा

तिलको तेल, दूध, घिउ, आँकको दूध, कालिकवैको रस, सुन्तलाको जराको रस, हलेदाको रस, जामुनाको मुन्टाको रस एती एकत्र गरी मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु, जब खोटो जस्तो बन्दछ, तब उतारी लेप लगाउनु स्तन साहारो हुन्छ ।

अथवा- बरको दाह्री पिंधी पानीमा मिलाई स्तनमा लेप गर्नाले स्त्रीजातिको स्तन कठोर-सारो हुन्छ ।

अथवा- माजुफल, जाइफल खूब मैदागरी पिसी गाईका घीउसँग मिलाइ स्तनमा लगाउनु, साहारो हुनेछ।

अथवा- दारिमको बोक्रा खूब मसिनो गरी पिसी तोरीको तेलमा पकाउनु र स्तनमा लगाउनु साहारो हुनेछ।

अथवा- गैंडाको बोसो, कालो सर्पको बोसो एति सम गरी पिसी स्तनमा लगाउनु साहारो होइजान्छ।

स्त्रीको छोप्ने ब्यथामा

सुन्तलाको फूलको अर्क पिउने गर्नाले स्नायूभित्रको रोग, अैठन र हिस्टेरिया समेत नष्ट हुन्छ।

स्त्रीको श्वेत प्रदरमा

वंशलोचन, नागकेशर, कपूर सबै मिलाएर चूर्ण बनाउने र चौलानी पानीसँग खाने गरेमा श्वेत प्रदर रोग ठिक हुन्छ।

स्त्रीको दूध कम आएमा

हरियो सागपात, दूध, झोल पदार्थ र काँचो मेवाको तरकारी खाने गरेमा सुत्केरीहरूको दूध बढ्न थाल्छ।

स्त्रीको रज खोल्नु परेमा

मूलाको विउ ६ मासा, पुरानो शखर २ तोला, १ माना पानीमा पकाउनु, आधा बाँकी रहेपछि तात्तातै पिउनु, ३/४ दिन प्रत्येक दिन खालिपेटमा त्यसरी नै खानु; मासिकधर्म ठिक हुन्छ।

अथवा- १ मासा नून र ६ मासा मूलाको बिउ पिसेर तातोपानीसँग खानु, रजोधर्म ठिक हुन्छ।

स्त्रीको महिनावारी हुँदा कष्ट भएमा

स्त्रीहरूलाई महिनावारी हुँदा कुनै कष्टभएमा तुलसीको रस खाने गर्नाले त्यस्तो रोग हुनबाट बचाउँछ ।

स्त्रीको योनी पोलेमा

अमलाको रसमा मिश्री मिसाएर खाने गरेमा योनी पोल्ने रोग ठीक हुन्छ ।भित्रैदेखि पोलेको छ भने घोडताप्रेको रस र मिश्री मिलाएर खाने गरेमा त्यस्तो रोगीलाई फाइदा पुऱ्याउँछ ।

स्त्रीजातीको रज ज्यादा गएमा

चुत्रोको खोटो बनाई, जति यो खोटो छ त्यत्तिकै मात्रा बाख्रीको दूध पनि मिलाई खोटो तयार बनाउनु । यो खोटो लोंडेको जराको रससित ४-४ घण्टामा खान दिनु, ठिक गर्दछ ।

स्त्रीको योनीबाट आङ निक्लिएकोमा

कालो जिरा र तोरीको तेल आगोको कोइलामा हाली धूवाँ लगाई रूमालले सेक्नु र आधा घण्टा पछि विस्तारै ठेलिदिनु, २ हप्तासम्म यस्तै प्रकारले गर्दै रहेमा र अशोकारिष्ट वा दशमूलारिष्ट खानु । ३ महिनासम्म संभोगवाट बच्नु, परिश्रम न गर्नु, निको हुन्छ, शंका मान्नु पर्दैन, २०/२२ से वैंस आउने छ ।

स्त्रीको योनी ठूलो गर्नुपरेमा

कमलगट्टा, निलोत्पल, कदम्ब, विजयसार र नेत्रबला यी सबैलाई चूर्ण गरी कपडछान गर्नु र महमा मिलाई ३/४ दिनसम्म योनीमा लेप गर्ने गर्नाले एकदम फराकिलो (ठूलो) हुनेछ ।

स्त्रीको योनी साँधुरो गर्नुपरेमा

भाङ मसिनो पिंधेर मसिनो टालोमा पोको पारी योनीमा राख्ने गर्नाले साँघुरो हुनेछ।

अथवा- भेण्टा सुकाएर चूर्ण पार्नु र योनीमा लगाउनु, साँधुरो हुन्छ।

अथवा- बकाइनुको रूखको बोक्राको चूर्ण पानीमा पिसी योनीमा लेप लगाउनाले उपरोक्त लाभ गर्दछ।

अथवा- मोचरसलाई पिसी छानी, ३/४ घण्टा तक योनीमा राख्ने(लगाउने) गर्नाले १०/१२ पल्ट बच्चा जन्माइसकेकी आइमाई भए पनि त्यसको योनी साँघुरो हुनेछ।

अथवा- लोध र तोराई बराबर भाग लिएर पिस्नु र योनीमा लेप लगाउने गर्नाले।

अथवा- बेतको बोक्राको क्वाथ योनीमा लगाउनाले,

अथवा- मुसाको चर्बी (विष्ठी) पिसेर योनीमा लेप लगाउने गर्नाले शिथिल योनी साँधुरो हुनेछ।

अथवा- बोझो, नीलकमल, कूट, मरीच, अस्वगन्ध र बेसार यी सबै एकत्र गरी पानीमा खूब मैदा गरी पिसी योनीमा लेप लगाउने गर्नाले साँधुरो हुन्छ।

अथवा- पलाँशको बीज, गुलर तिलको तेलमा लेप गर्नाले उत्तम दृढ हुन्छ।

अथवा- मैनफल, मह र कपूर यी सबैलाई एकत्र गरी पिसी योनीमा लगाउनाले शिथिल भएको योनी अत्यन्त दृढ हुन्छ।

अथवा- मैनफल, मुलेठी, कपूर यी तीन चिजलाई खूब मसिनो गरी पिंधेर छान्नु, अनि राती सुत्ने बेलामा योनिभित्र राखिदिनु त खूब संकोचन हुन्छ।

अथवा- फिट्किरीलाई थोरै पानी पिसी लगाउने गर्नाले योनी संकोचन हुन्छ।

अथवा- दहीको पानीले धुनु।

अथवा- माजुफल, भुटेको फिट्किरी र संगजराहतको चूर्णलाई योनी भित्र राख्ने गर्नाले खूब साँधुरो हुनेछ।

अथवा- छोटीमाई, माजुफल, ठूलो हर्रो, कपूर, समुद्रफल र फिट्किरी यी सबैलाई २-२ ग्रामजति लिएर चूर्ण पारी पुनः पानीमा खूब मसिनो गरी पिंधेर योनीमा लगाउने गर्नाले संकोचन हुन्छ।

अथवा- पलाँशको कोपिला सुकाएर पिसेर पाउडर जस्तो बनाउनु र त्यत्तिकै मात्रामा शक्कर मिलाई एक सप्ताहसम्म १ तोलाका दरले खालीपेटमा दूधसँग खाने गर्नाले योनी साँघुरो हुन्छ।

अथवा- आँकको जरोलाई धोई पखाली गरी स्त्रीले आफ्नू पिशावमा पिसी योनीमा बाक्लो गरी केहि दिनसम्म लगाउने गर्नाले खूब संकोचन हुन्छ।

अथवा- अमिलीको बीजलाई खूब मसिनो गरी पिसी कपडछान गरी पानीमा पकाउनु। जब खोटो जस्तो हुन्छ, तब उतारेर राख्नु, आवश्यकतामा योनीमा लगाउने गर्नाले खूब साँधुरो हुनेछ।

अथवा- पलाँशको चोपलाई आफूलाई उपयुक्त हुने कि सिमको बत्ती जस्तो बनाई योनी भित्र राख्नेगर्नाले केही हप्तामा नै साँधुरो हुनेछ।

अथवा- 'कामिनी संकोचन पाउडर[१]' यो पाउडर १५-२० दिनसम्म प्रत्येकदिन बेलुका सुत्ने बेलामा योनीमा लगाउने गर्नाले १०/१२ बेत बच्चा पाएकी स्त्री भएपनि तरुणीको जस्तो साँघुरो हुनेछ।

नोट- यसमा लेखिएका कुनै पनि औषधीहरूबाट पूरा लाभ लिन चाहेमा कम्तिमा पनि २०-२२ दिन लगातार प्रयोग गरेमा आशातीत लाभ लिन अवश्य सकिनेछ। साथै औषधी प्रयोग गरुन्जेल पति-पत्नीले परहेज गर्नु आवश्यक छ।

स्त्रीलाई सम्भोग इच्छा बढाउनमा

सुपारीपाक १/१ चम्चा बिहान बेलुका दूधसँग खाने, दशमूलारिष्ट ४/४ चम्चा दूधसित वा बराबर पानी मिलाएर र शुद्ध (सोधित) शिलाजित आधा ग्राम मनतातो पानीसँग खाने गर्नाले स्त्रीहरूलाई संभोग इच्छा एकदम बढेर आउँछ। विधवा स्त्री र आफ्नो लोग्ने घरमा न हुनेवालाहरूले सेवन न गर्नु।

हाड भाँचिएमा

महमा कपडा भिजाएर भाँचिएको ठाउँमा काभ्रो बाँधिदिनु र ३ तोला जति मह पनि रोगीलाई केही दिनसम्म (यो एक मात्रा हो) ख्वाइरहने गर्नाले भाँचिएको हाड जोरिन्छ र आराम हुन्छ।

अथवा- १ माना गाईको दूध, १ तोला मुनक्का-दाख, दुई ओटा छोहोडा, ३ मासा जेठी मधु पकाएर त्यसमा २ तोला घ्यू र १ मासा काँचो लाहा पिंधेर हाल्नु र ठण्डा भएपछि पिउनु, चोट पटक र

---

१. यो पाउडर हामीकहाँबाट पाउन सकिन्छ। इच्छा र आवश्यक परे संपर्क गर्नुहोला। -सम्पादक

हाड भाँचिएको समेतमा अत्यन्त उपयोगी छ । काँचो दूधको फिन आँखामा राख्नु, आँखाको लागि पनि अत्यन्त उपयोगी छ ।

अथवा- 'लाक्षादि गुग्गुलु'- (आयुर्वेदिक औषधी) यो औषधीले सड्के-मर्केको र हड्डीमा चोट-पटक लागेको र शरीरको कुनै पनि भागहरू सुन्निएको दुखेकोमा ठीक गर्दछ ।

मात्रा- रोगीको अवस्था हेरी २/२ गोली ३ टायमसम्म ख्वाउन सकिन्छ । मह या दूधसँग वा तातो पानीसँग सेवन गर्नु । (६-७ दिन वा १२-१३ दिनसम्म या रोगी ठिक न हुँदासम्म ख्वाउनु) ।

अथवा -

भैंचम्पा, हरचूर, मास लहरी, चिप्ल्याजरो कूटनु
रातो माटि मिसी पकाइ दिनु लेप् जोरिन्छ हाड् बूझनु ।
गाईका दूधसीत पीउनु मिमे मागेर रायो जति
नीको हुन्छ थरीथरी गरि कहें ज्यादा बताऊँ कति ? ॥

अथवा -

हर्रो भो, अमला, सुठो, बयरको बोक्रो र बर्रो सरी
तोलाको समभाग पारि कुटनू, गुग्गूल पाँचै भरी ।
दुई टंक ततायको दुधमहाँ यो खानु पन्धै दिन
फुक्लेका कुहुना घुँडाहरु पनी जोरिन्छ रुन्छौ किन ? ॥

बोक्रो कूटि बयेरको मह मिसी खानू महिना भरी
नीको हुन्छ लडेर मक्मकियको ज्यू हुन्छ बज्रै सरी ।
की ता प्याज कुटेर लाउनु सधैं नीको भयो लौ भनी
लेप् दीनू मजिठो मिसेर महुवा नाश् हुन्छ यस्ले पनि ॥

हात पाउ जलन भएमा

कागतीको रस आधा पाउ, मिश्री १ तोला, मरीचको धूलो २ मासा (२५० मि. ग्रा.) पानीमा मिलाई पिउने गर्नाले हात खुट्टाको जलन, पित्तज्वर नाश हुन्छ । टाउको दुख्ने अरुचीमा समेत लाभ गर्दछ ।

हात गोडा वा जोर्नी दुखेमा

५ मासा सिमलीको रस, ३ मासा भृङ्गीराजको रस, ३ मासा तुलसीको पातको रसमा १ मासा ज्वानोको धूलो मिलाई खानाले सन्धि बाथ(त) नष्ट हुन्छ । आमवात पनि नष्ट हुन्छ । सबै प्रकारको शूज पनि नष्ट हुन्छ ।

हिक्कानाशक उपाय

हिक्का भयंकर ठूलो रोग हो । ज्वरोमा हिक्का चल्नु ज्यादै खराब लक्षण हो । श्वास र हिक्काले मनुष्यको प्राण ज्यादै छिटो नाश गर्दछ । बाख्राको दूधमा ६ मासा सुठो हालेर पकाउनू र त्यो दूध रोगीलाई पियाउनू, यसले हिक्का ठीक हुन्छ ।

अथवा- मुलहठी महमा मिलाएर सुँघाउनू या पिपलाको चूर्ण चिनीमा मिलाएर सुँघाउनू या सुठो चाकुमा मिलाएर नस दिनु या नाकमा हिंगको धूवाँ दिनु या हिंग र मास पिनेर विना धूवाँको दूधको आगोमा राखेर धूवाँ दिनाले निश्चय सबै प्रकारको हिक्का ठीक हुन्छ ।

अथवा- स्त्रीको दूधको नस लिनाले, विना धूवाँको आगामा हलेदो र मासको दूर्ण चिलिममा हालेर तान्नाले, मुजुरको प्वाँखको

खरानी २-३ लाल महमा मिलाएर चाट्नाले धेरै बढेको हिक्का पनि शान्त हुन्छ ।

छिउँकेझार माडेर नश हाल्नाले (लिनाले) हिक्का आराम हुन्छ । घाँटी भित्रको कफ पनि नष्ट हुन्छ । सुख्खा ख्वाँ-ख्वाँ खोक्ने खोकी पनि नष्ट हुन्छ । वाथले जकडिएको भए पनि ठिक गर्दछ ।

अथवा- ५ तोला विमिराको रसमा ६ मासा मह र ३ मासा विरेनून मिलाई खानाले हिक्का बाडुकी निको हुन्छ ।

अथवा- २ तोला विमीराको रसमा ३ मासा सिधेनून हाली खानु, हिक्का निको हुन्छ ।

अथवा- मह १ रत्ति, हलेदाको धूलो अलिकति मिलाई खानाले हिक्का र वान्ता कम हुन्छ ।

हिचकी (बाडुकी) र मूर्च्छामा

पाँच/सात ओटा खुर्सानी कुनै धागामा उनेर आगोमा केही डढाई नाकमा धुवाँ दिनु ।

अथवा- पहाडिया कागतीको रस २ तोलामा ६ मासा मह र ३ मासा बिरेनून मिलाएर खाने गर्नाले हिचकी आराम हुन्छ ।

अथवा- (१ पाउ) २५० मि. ग्रा. बाख्रीको दूधमा २ तोला सुठो र १ सेर पानी हालेर पकाउनु, जब खोटो जस्तो हुन जान्छ यद्दा दूध जति रहन्छ तब उतारेर खाने गर्नाले हिचकी आराम हुन्छ ।

अथवा- सुठो, पिपला र अमलाको चूर्ण महमा मिलाएर खाने गर्नाले हिचकी विसेक हुन्छ ।

अथवा- मयूरको प्वाँख डढाएर यो खरानी २ रत्ति, ६ मासा महमा फेटेर खानाले निको हुन्छ ।

अथवा- ६ मासा घिउकुमारीको गुदीमा १ मासा सुठो पिसेर खानाले तत्काल आराम मिल्दछ।

अथवा- अलैंचीको धूलो र चिनी मिलाएर खानाले यो रोग निको हुन्छ।

अथवा- केराको जरो राम्रोसँग धोएर चिनी मिलाएर खानु आराम हुन्छ।

अथवा- हर्रोको चूर्ण तातो पानीसँग खानु।

अथवा- मुलेठी पिसेर महसँग खानु।

अथवा- तात्तातै गाईको दूध पिउनु।

अथवा- तात्तातै भात र तातै घिउ मिसाएर खानु।

अथवा- २ मासा पतिना र २ मासा चिनी मिलाएर खानु।

अथवा- चना या अरहरको बोक्रा चिलिममा राखेर धूवाँ खानाले पनि आराम मिल्दछ।

हैजा विसूचिका

यस रोगको प्राय: तीन अवस्था हुन्छ- पहिला अवस्थामा रोग हुने बित्तिकै जीउ दुख्ने, छटपटी हुने, बारम्बार दिसा हुने र वमन हुने हुन्छ। आरंभमा एक दुई पटक दिसा हुन्छ। वमनबाट खाए पिएको निस्कन्छ। यसपछि पानी समान वमन र चौलानी जस्तो सफेद पातलो दिसा हुन्छ। दोस्रो अवस्थामा केही दिसा वमन भएपछि पेट पोल्न थाल्दछ, प्यास बढ्दछ, पिसाब बन्द हुन्छ, नाडीको गति मंद हुन्छ। घरि-घरि बेहोसीपन हुन्छ। तेस्रो अवस्थामा रोगी बेहोस हुन्छ। संज्ञा नाश हुन्छ, मानिसलाई चिन्दैन, हातगोडा चीसो हुन्छ, आँखा गाडिन्छ। ओठ नीलो हुन्छ, हात गोडा बटारिन्छ, हिक्का आउन थाल्दछ।

पिसाब एक दम बन्द हुन्छ । प्यास ज्यादै बढ्दछ । रोगी प्रलाप गर्न थाल्दछ, शरीर तथा श्वास चीसो हुन्छ, बेहोसबाट होस हुन्छ र रोगी मर्दछ ।

हैजानाशक उपाय

अर्क कपूर, रेक्टिफाइड स्पिरिट १२ औंस, कपूर २॥ औंस अजवायनको फूल (सत्व) एक औंस, पिपरमेन्टको फूल (सत्व) एक औंस, पहिले कपूरलाई स्पिरिटमा घोल्नू, अनि अजवायन र पिपरमेन्ट मिलाएर राम्ररी घोल्नू र अनि कर्क बन्दशीशीमा राख्नू । यसको सेवनले हैजा, दिसा, वमन, दाँतको पीडा, विषालु जानवर बिच्छी अरिंगाल आदिले टोकेको विष तत्कालै शान्त हुन्छ । हैजामा जवान व्यक्तिलाई दिसा-वमन शुरु हुने बित्तिकै ८-१० थोपा अर्क खान दिनू । जबसम्म बन्द हुँदैन १-२ घण्टामा यही मात्रामा दिंदै रहनू, जब रोग घट्छ औषधीको मात्रा पनि घटाउनू (ढीला दिनू) । १२-१४ वर्षको बालकलाई ४-५ थोपा दिनू । ज्यादै सानो बालकलाई २-३ थोपा दिनू । यसको मात्रा २ देखि १० थोपासम्म हो । स्त्रीलाई पनि कम दिनू । दाँतको पीडामा कपासमा लगाएर दाँतमा राखिदिनू । ३-४ पटक लगाउनाले धेरै दुखेको पनि शान्त हुन्छ । अर्क कपूर दिएपछि रोगीलाई कमसेकम आधा घण्टासम्म पानी न दिनू । यसपछि अलिअलि दिनू । यो अर्क कपूर एकदम प्रभावशाली छ ।

अथवा- लसून, सफेद जीरा, शुद्ध गंधक, सूठो, मरीच, पीपला, भुटेको हींग अरू सबै चीज दुई तोला र हींग १ तोला सबै कुटेर छानेर फेरि खलमा हाली कागतीको रस हाली ७ दिनसम्म घोटेर चना समान गोली बनाउनू । तातो पानीको अनुपानमा जवान मानिसलाई ४-५ गोली बालक, कमजोरलाई कम खान दिनू । हैजा र अजीर्णको पहिलो अवस्थामा यो अमोघ औषधी हो ।

अथवा- अपामार्गको जरो पानीमा पिनेर पिउनाले शूल र हैजा ठीक हुन्छ ।

अथवा- दरयाई नरियल पानीमा या गुलाफ जलमा घोटेर थोरै थोरै पियाउनाले हैजा, दिसा, वमन आराम हुन्छ ।

अथवा- अर्कको जरोको बोक्रा २ तोला, अदुवाको रस दुई तोला, मरीच ६ मासा तीनै थोक पानीमा घोटेर एक एक मटर केराउ समान गोली बनाउनू र छायामा सुकाउनू । प्रत्येक घण्टामा एक एक गोली रोगीलाई पानीसँग दिनू । यो हैजा र ज्वरको लागि रामवाण छ ।

हैजामा पेटको पीडा नाश

मूसाको लिँड एक तोला, सूँप एक तोला, मुसुरोदाना बराबर हींग पानीमा पिनेर तताई पेटमा लेप गर्नू, पेटको पीडा, गर्भाशयको वेदना आदि आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो, मरीच, पिपला, सिधेनून, सबैको दुई दुई मासा पानीमा पिनेर पेटमा लेप गर्नू, हैजा शूल आदिमा आराम गर्दछ ।

हैजामा प्यास शान्ति

पानीमा ल्वाँग हालेर पकाउनू । आधा पानी सुकेपछि झिकी चिसो बनाउनू । यो पानी पिउनाले प्यास, जीउ दुख्नु, हृदय पीडा र प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा- जाइफलको काँढा बनाएर ठण्डा गरी थोरै पिउनाले हैजाको प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा- शीतलचिनी (कवाब चिनी) मसिनो गरी पिस्नु, रोगीले पानी मागेको बखत एक चिम्टी चूर्ण मुखमा हालेर एक

घूट्को पानी पियाउनू, यसले प्यास कम गर्दछ, पिसाब पनि खुल्दछ ।

हैजामा वमन नाश गर्न

मुजुरको प्वाँखको भस्म बनाउनू, २-३ लाल भस्म मह र पिपलामा मिलाएर खानु वमन रोकिन्छ ।

हैजामा हातगोडा फर्कने

यसलाई हटाउनको लागि रोगीलाई गर्मी ठाउँमा राख्नू र गरम कपडा लगाउनू । सरस्यूँको तेलमा कूट र सिधेनूनको चूर्ण मिलाएर हात गोडामा मालीस गर्नू । यसले हात गोडामा ताप आउँछ ।

हैजामा पिसाब हुने उपाय

सोडा (सुरा) दुई तोला पानीमा पिनेर एक सफा कपडाको पट्टी त्यस पानीमा डुबाएर नाभिभन्दा मुनि पेटमा राख्नू पिसाब हुन्छ । तर यदि आधा घण्टासम्म पिसाब भएन भने दोस्रो ताजा पट्टी त्यस सोडामा पानी भिजाएर राखिदिनु, अवश्य पिसाब खुल्दछ ।

अथवा- मुसाको लिंटमा थोरै कलमी सोडा मिलाएर पानी-सँग पिसी नाभिभन्दा तल पेटमा गाढा लेप गरिदिनू । यसले अवश्य पिसाब खुल्दछ ।

हैजामा हिक्का नाश गर्ने उपाय

केराको जरो कुटेर कपडामा राखी निचोरी रस निकाल्नू । यो रस सुँघ्नाले हिक्का बन्द हुन्छ ।

अथवा- सिधेनून पानीमा वा घिउमा पिनेर सुँघ्नाले या मुजुरको

प्वाँखको भस्म ३ मासा महमा मिलाएर खानाले अथवा सूठोलाई सखखर मिलाएर सुँघ्नाले हिक्का बन्द हुन्छ ।

हैजामा अधिक पसिना नाश गर्ने उपाय

गहतलाई पिन्नु र पसिना आउने ठाउँमा मल्नु, पसीना आउन बन्द हुन्छ ।

अथवा- भुटेको सूठो पिसेर सिधेनून मिलाई भुटेको गहत पनि मिलाई शरीरमा मल्नाले सन्निपात र हैजाको पसिना बन्द हुन्छ । कपूर सुँघ्नाले र सधैं साथमा राख्नाले हैजाको भय हुँदैन ।

हैजाको प्यासमा

जाइफलको काढा पकाएर खानु ।

अथवा- प्याजको रस १/१ घण्टामा ६/६ मासाको मात्राले खानु फाइदा गर्दछ ।

अथवा- २ तोला सिधेनून, १ पाथि पानीमा मिलाउनु र आगोमा पकाउनु, ४ माना जति बाँकी रहेपछि त्यसमा ३मास कागतीको रस हालेर माटाको भाँडामा राखी यही पानी बेला - बेलामा पिउनु (पियाउनु) हैजाको प्यास शान्त हुन्छ ।

अथवा- कागतीको रस १ तोला, आधा रत्ति अफिम, मिश्री ३ तोला, आधा माना पानीमा मिलाएर पिउनु, प्यास दाह र छातीमा ढुकढुकीको प्रकोप आराम हुन्छ । केही न पाइए कागतीको रसले मात्रै पनि फाइदा गर्दछ ।

हैजाको औषधी

अफिम आधा मासा, कागतीको रस १ तोला, मिश्री ३ तोला,

एकत्र गरी पिसी १ चौथाई जति पानीमा मिलाई पिउनाले हैजामा फाइदा गर्दछ । छातीको धड्कन ठिक हुनुका साथै प्यास र जलनमा पनि लाभ गर्दछ ।

अथवा- अफिम, जाइफल, अलैंची, ल्वाङ पिसेर जम्मा गरी तातो पानीसँग केही दिनसम्म खाने गर्नाले हैजा शान्त हुन्छ ।

अथवा- वरको दूध नाभीमा भरिदिनाले (नाभीको वरिपरि लगाइदिनाले) फाइदा गर्दछ ।

अथवा- आँपको बोक्रो दही-पानीमा पिसेर नाभीको वरिपरी लगाउनाले पनि फाइदा गर्दछ ।

अथवा- अलैंची अलि अलि पिसेर पानी राखी पकाउनु, दिनको २ मात्रा गरी त्यो पानी पिउने गर्नाले हैजा र (हैजाको) वमनमा फाइदा गर्दछ ।

अथवा- ज्वानो र कपूर खान दिएमा हैजा ठिक हुन्छ ।

अथवा- प्याजको रस र अदुवाको रस बराबर मिलाएर १/२ घण्टा बिराएर २/४ चम्चा खुवाउने गरेमा हैजा ठिक हुन्छ ।

हैजा लागेको व्यक्तिलाई ज्वानो र (खाने) कपूर पिसेर तातो पानीसँग खान दिएमा हैजा ठीक हुन्छ ।

क्षयरोगमा

सिधेनून ४ तोला, आँकका दुधमा फिटेर सुकाउनु, १ मासाको मात्रा गरी बिहान बेलुका खाने गर्नाले क्षय र क्षय रोगसम्बन्धी खोकी र अरू खोकी निको हुन्छ ।

अथवा- कुभिण्डोको रसमा २ लाल काँचो लाहा मिलाई १/१ तोलाको दरले खाने गरेमा क्षयरोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अस्वगन्ध र पिपलाको चूर्णमा मह मिलाएर खानाले क्षयरोग नष्ट हुन्छ।

अथवा- दिनमा ४ पटक मुनक्का या अंगुरको रक्सी खानाले पनि यक्ष्मा रोग सञ्चो हुन्छ।

अथवा- महुवाको रक्सीले पनि फाइदा गर्दछ।

अथवा- गाईको ताजा घिउ ६ मासा, मह ४ मासा, मिश्री ३ मासा र सुवर्णभष्म १ रत्ति यी सबैलाई मिलाएर खानाले क्षयरोग निको हुन्छ।

अथवा- बाख्रीको घिउ, बाख्रीकै दूधमा पकाएर त्यसमा पिपलको बोक्रा या मुन्टाको धूलो र गुड मिलाएर खाने गर्नाले क्षयरोग नष्ट हुन्छ।

अथवा- यी तल लेखिएका आयुर्वेदिक औषधीहरू मध्ये कुनै एक या दुई औषधी सेवन अन्य औषधी का साथ गर्नाले क्षयरोगमा लाभ गर्दछ-

सितोपलादि चूर्ण, वासावलेह, लवंगादि चूर्ण, जातिफलादि चूर्ण, द्राक्षारिष्ट, द्राक्षासव, च्यवनप्राश अवलेह, वसन्तमालती रस, कुमुदेश्वर रस जयमंगला रस इत्यादि।



नाडी विज्ञान

(नाडीको चालबाट रोगीको मृत्यु विज्ञान)

एक महिना भित्रमा मर्ने व्यक्तिको नाडीको लक्षण

यदि धैरै पुरानु रोगी अत्यन्त क्षीण भएको छ भने, अथवा केही कारणले मोटाओस्, उसको नाडी पातली भै जुकाको जस्तो चिप्लो, धैर्य वक्रगतिले हिंड्छे भने, मोटी भई सर्प जस्तै कठिन भई, तेजिली, वक्रगतिले चल्दछे भने, क्षीण यद्वा सूक्ष्म या अदृश्य भई भने जुन दिनदेखि यस्तो नाडी हुन्छे, त्यस्तो भएको १ महिना भित्रमा या दोश्रो महिना लाग्दै त्यसको मृत्यु हुनसक्दछ ।

पन्ध्र दिनसम्म बाँच्ने सूचना दिने नाडीको लक्षण

जसको शरीर शीतल-ठण्डा भएको छ, मुखबाट घरि-घरि श्वास चल्दछ, नाडी अत्यन्त ताती (जलाउँछे जस्ती) भएर तीव्रगतिले चल्दछे भने त्यसको जीवन १५ दिनतक रहन्छ भनेर नाडी विज्ञानको विशेषज्ञहरूले भनेका छन् ।

सातदिन भित्रमा मर्ने सूचना दिने नाडीको लक्षण

यदि रोगीको नाडी चोरी अङ्गुलीका फेदमा तीव्रगतिले बहन्छे, कहिले - कहिले ठण्डापनकी भएकी छ भने, पसिना चिफ्ला-चिफ्ला छप्छपी भएर यदि आउँछन् भने त्यो रोगी सात दिनभन्दा बढ्ता बाँच्दैन ।

अथवा - हात माथितिर पसारेर उठाउँदा पनि नाडीको गति बिजुलीको गतिकै समान बेगवाली भएकी छ भने त्यो मनुष्यको मृत्यु ७ दिन भित्रमा हुन्छ ।

अथवा – रोगीको नाडी केही क्षण बडो तेजसँग चल्दछे किन्तु शीघ्र शान्त हुन्छे र रोगीको शरीरमा सुजन उठेको (भएको) छैन भने त्यस रोगीको मृत्यु सात दिनमा हुन्छ, यदि शरीरमा सूजन छ भने त्यस्तो हुँदैन ।

चारदिनमा मृत्यु हुन्छ भनेर जनाउ दिने नाडीको लक्षण

यदि रोगीलाई पहिलो दिनमा अग्निसमान अत्यन्त तीव्र ज्वरो आएको छ, त्यसको नाडी केवल तर्जनी औंलाका फेदमा मात्र एकलवका समानले स्पन्दन गर्दै निरन्तर चल्दैरहिछ भने त्यो रोगीको मृत्यु ४ दिन भित्रमा हुन्छ ।

अथवा- असाध्य नाडीहरू दाहिने हातमा त देखीपर्दछ, तर दाहिने पाउमा पनि हेर्नुपर्दछ, स्त्रीको बायाँ हात-बायाँ पाउमा हेर्नु । यदि दुवै ठाउँको गति विकृत भएकी छ भने त्यो पनि हात पाउको एकै भयो भने कथित समयमा त्यसको अवश्य नै मृत्यु हुन्छ ।

यदि रोगीको हात पाउको नाडी मुखमा अथवा तर्जनी औंलाका फेदमा हरबखत फट्कन्छे भने त्यसको पनि ४ दिनमा मृत्यु हुन्छ ।

अथवा- नाडी तर्जनी (चोरी औंलो) को फेदमा चल्दछे, श्वास मुखबाट मात्र निस्कन्छ, नाकबाट बन्द छ निस्कदैन (यदि रुघा लागेको छैन र स्वभाविकै नाकबाट श्वास बन्द भयो) भने त्यसको मृत्यु पनि ४ दिनका दिन हुन्छ ।

तीन दिन भित्रमा मर्ने नाडीको लक्षण

सन्निपातले पीडित मनुष्यको शरीर यदि सन्निपात ज्वरोको प्रकोप –

गर्मीले ब्याकुल भयो भने यस्तो भएको बेलामा त्यसको नाडी ठण्डी भएको थाहा हुनगई भने त्यसको मृत्यु तीन दिनमा हुन्छ ।

अथवा - जुन रोगीका मुखमा वा चोरी औंलाको फेदमा नाडी चल्दै गरेकी प्रतीत हुन्न, मध्यमा शीतल भएर बहन्छे, शरीरमा ग्लानी प्रतीत हुन्छ, नाडीको गति तन्तुको भाँति सूक्ष्म भएर मन्दरूपले चलेकी छ भने त्यो रोगी तीन दिनभित्रमा मर्दछ भन्ने संझनु ।

अथवा - स्वस्थ मनुष्यको नाडीको गति हत्केलो न पसारीकन आफ्ना स्थानदेखि तल भएको प्रतीत हुन्छे, पुन: हात पसारेपछि आफ्ना स्थानमा सूक्ष्मरूपले प्रतीत हुन्छे भने त्यो मनुष्यको मृत्यु तीनदिनमा हुन्छ ।

दुई दिनमा मरण जनाउने नाडीको लक्षण

जुन सन्निपातका रोगीको नाडी स्थिर हुँदै औंठाका फेदमा तथा तर्जनीको फेदमा बिजुली चम्के जस्तै गरी एकाएक फट्कन्छे, अथवा जस्को नाडी स्थिर छ, उसका मुखमा बिजुलीको जस्तै तेजिलो कान्ति देखा पर्दछ भने त्यसको जीवन (दुई दिनभित्र अर्थात् एकदिन मात्र शेष रहेको संझनु) दोश्रोदिनतकमा अवश्य मर्दछ ।

अथवा- यदि अकस्मात् रोगीको नाडीको गति तर्जनी (चोर) अंगुलीका फेदमा मात्र टुटेकी छ भने र अलि अलि (केही) पनि नाडी भएको थाहा हुँदैन भने त्यो रोगी दुई दिनसम्मको पाहुना हो भन्ने संझनु ।

एकदिनमा मर्ने नाडीको लक्षण

जब नाडीको बेग नष्ट भएर स्पन्दन मात्र हुन्छ वा रहन्छ, तब १ दिनभित्रमा रोगीको मृत्यु हुन्छ ।

अथवा - रोगीको नाडी चोरी औंलाको फेदमा मात्र डमरुको जस्तै चंचलभावले चल्दछे भने त्यो रोगीको एकदिनमा मृत्यु हुन्छ ।

अथवा - रोगीको नाडी भँवरोको चालले चल्दछे वा दुई तीन पटक तेजीसित चल्दछे-फट्कन्छे फेरि गायब हुन्छे, फेरि एकक्षण उस्तै चालले चलेर बन्द हुन्छे भने त्यसको मृत्यु १ दिन अर्थात् २४ घण्टा भित्रमा संझनु ।

यी कुराहरू सूक्ष्म विचार र अनुभव गरेर मात्र बताउनु पर्दछ ।

मृत्युकालको नाडीको लक्षण

मृत्युकालमा नाडीको गति जीर्ण भएर डमरुको समान हुन्छे । माथितिर तन्तुकै समान सूक्ष्म मन्दगतिले चल्दछे, तलतिर वक्रगति-वालीटेढी हुन्छे ॥

कस्तो लक्षण भएका मानिस पञ्चत्व (मृत्यु) मा प्राप्त हुन्छन् ?

विसूचिका रोग भए छँदामा रोगीको दाँत, ओंठ, मुख र पाउ आदिमा पाकेको जामुनाको जस्तो कालो वर्ण (पैदा) भएमा सो रोगी केहि दिनको पाहुना हो भन्ने जान्नु । (यो कालो वर्ण १/२ अङ्गमा वा सबैमा पनि हुन सक्दछ ।

अथवा- जुन रोगी बोल्दा गद्गद भएर वा झीनो शब्द यद्वा जिउरो लट्पटिएको जस्तो गरी (स्पष्ट बोल्न सक्दैन) बोल्दैन भने त्यो रोगीलाई प्राणान्त अवस्थाको संझनु ।

अथवा- सन्निपात ज्वरोमा जसको शब्द भेडो या बाख्राको जस्तो हओस् त त्यस्तो व्यक्ति पनि आतुर वा मरणासन्न भएको जान्नुपर्दछ ।

अथवा- जसको देहबाट शुभ अथवा अशुभ सुगन्ध वा दुर्गन्ध लगातार धेरै दिनसम्म आइरहन्छ भने त्यो व्यक्ति कुनै रोगबाट वा हृदयगति बन्द भई मृत्य हुन सक्दछ।

अथवा - स्नान न गरीकन वा स्नान गरेर पनि जसको देहबाट लगातार सुगन्ध आइरहन्छ भने त्यो व्यक्ति १ वर्षभन्दा बढि न बाँच्न सक्दछ।

अथवा- जसको देहबाट दिशा- पिशाव मुर्दाको जस्तै अथवा मांस, रगत समान गन्ध आयो भने त्यो व्यक्ति वर्षदिनभित्रमा मर्दछ।

अथवा- राम्रोसँग नुहाइ-धुवाइ गरेर पनि जुन रोगीमा माखा र लाम्खुट्टे ज्यादै आयो भने त्यो व्यक्ति पनि थोरै महिनाको पाहुना हो।

अथवा- यदि दुर्बल र रोगग्रस्त प्राणीको वरिपरि ठूला-ठूला कमिला र (नीलो वा हरियो) माखाले भुत्कायो भने त्यो व्यक्ति १ महिना पछि यमराजको अतिथी हुनपुग्दछ भन्ने संझनु।

अथवा- जुन रोगीमा आइरहेको पसिना कुनै तरहले पनि रोकिंदैन भने त्यो व्यक्ति छिटै आफ्नो बाटो लाग्दछ भन्ने संझनु।

अथवा- जुन रोगीको दाँत (पहिलेको भन्दा) जकडिएको, (कलेठी परेको) होस् र दाँतबाट सेतो बालुवा जस्तो निक्लियोस्, अथवा आँखाको परेली जटा परेको होस् त त्यो व्यक्ति धेरैदिन दुःख पाएर बस्नुपर्दैन।

अथवा- जसको आँखा प्रकृतिबाट रहित होस् या विकृति भएको हओस् वा पहिलेको भन्दा फरक देखिएको हओस्, आफ्नो ठाउँबाट टेडो - मेढो भएको हओस् या तल - माथि भएको हओस् अथवा टोलाएर हेरिरहने गरेको हओस् वा ठूला आँखा भएको हओस् या कुनै शिला जस्तो एकाकार भइरहोस् या तल माथि

आँखा भएको प्रतीत होओस्, कि सदा बन्द गरिरहेको होओस् त त्यो व्यक्ति केही दिनको पाहुना हो।

अथवा- आँखाबाट सदा सर्वदा आँसु यद्वा पानी आई रहोस् या आँखाबाट अथवा घरि घरि अत्यन्त आत्तिएको जस्तो देखियोस् वा होओस् या चिन्तामग्न भएको जस्तो हओस् वा आँखा पल्टाएको हओस् या परेवाको जस्तो हओस् वा अन्धो भएको प्रतीत होस् या कालो, नीलो हरियो यद्वा डढेको काठको जस्तो होओस्, अथवा रातो (ताम्र) वर्णको वा धुआँ जस्तो धमिलो या अत्यन्त डरलाग्दो होओस् त त्यो व्यक्ति पनि १/२ दिन मात्रको पाहुना हो भन्ने संझनु।

अथवा- टाउकाको रौं तानोस् वा अरू कुनैद्वारा तान्न लगाओस्, परन्तु त्यसको अनुभव यद्वा तानेको न दुखोस् - थाहा न पाओस् त त्यसलाई यमराजले बोलाइसकेको संझनु।

अथवा- जुन रोगीको पेटको नशा कालो, पहेंलो वा तामाको जस्तो वा सेतो होओस्- हुनजाओस् त त्यो (रोगी) व्यक्ति पनि केवल ७/८ दिन मात्रको पाहुना हो।

अथवा- जो व्यक्ति अत्यन्त रोगको कारण स्वच्छ आकाशलाई बादल आदिले ढाकेको भनोस् वा पृथ्वीलाई शून्य आकाश जस्तो संझोस् त त्यो पनि ३/४ घण्टा भन्दा ज्यादा बाच्दैन।

अथवा- जुन रोगीले राम्रोसँग बलिराखेको बत्तीलाई अँध्यारो यद्वा उज्यालो दिएन भनी भन्दछ वा ठान्दछ या सामुन्ने बसिराखेको व्यक्तिलाई 'किन हिँड्यौ त नि ?' भनि भन्दछ भने त्यो व्यक्ति पनि धेरै घण्टा बाँच्दैन।

अथवा- जुन व्यक्तिले राम्रो पानीलाई फोहोर पानी र न राम्रो - फोहोर पानीलाई खूब सफा भन्यो भने यद्वा जसले आफ्नो सामुन्ने प्रेत, राक्षस, भूत आदि प्रत्यक्ष देखेको देखें भन्दछ वा अनुभव गर्दछ

भने सक्छै भए पनि सो मानिसको लागि कात्रो ल्याएर राखे हुन्छ।

अथवा- स्वच्छ आकाशमा मेघ बादलले ढाकेको देखोस्, अथवा सूर्य र चन्द्रमाको प्रभा शून्य देखेको भनोस् त त्यस व्यक्तिलाई केही दिनको अतिथि संझनु।

अथवा- सूर्य वा चन्द्रग्रहण न लाग्दा पनि ग्रहण लागेको भन्छ वा देख्दछ भने त्यो व्यक्ति रोगी न भएको भए पनि १ महिनाभन्दा ज्यादा बाँच्दैन।

अथवा- जसले रात्रीमा सूर्य र दिनमा चन्द्रमा चम्केको देख्दछ भने, न बालेको स्वच्छ पृथिवीबाट उडेको धूआँ मान्दछ भने, रात्रीमा बोलेको राम्रो अग्निलाई कुनै शक्ति वा तेज रहित र आगो निभेको कोइला जस्तो देख्दछ-(मान्दछ) भने त्यसले स्मशानघाटतिर साइत सारेको संझनु।

अथवा- कुनै कारणविना नै अनेक प्रकारका वर्णहरू (कालो, पहेंलो, रातो आदि) बाट डराउन दिने, विरूपवाला प्रत्यक्ष देख्दछ भने अथवा जसको सामुन्ने डरलाग्दोरूपबाट अनेक किसिमका पुरुषहरू देख्दछ भने त्यो व्यक्ति त्यहि दिन महाप्रस्थान गर्दछ।

अथवा- जुन रोगीले अदृश्यस्वरूप भएका देवता, यक्ष-गन्धर्व, राक्षस आदिलाई आफ्नो सामुन्ने आकाशमा रहेका छन् वा उनीहरूले आफूलाई कुरेर या हेरेर बसेका छन् भनेर भन्दछ वा देख्दछ भने अब त्यसको दाना-चारा सिद्धिएछ भन्ने संझनु।

अथवा- जसले समीप यद्वा नजीक बसेका आफ्ना छोरा, भाई, परिवार वा इष्टमित्रहरूलाई चिन्दैन भने, आकाशका शब्दलाई सुनेको छ भन्दछ भने अथवा - नजिकै बोलेको कुरालाई (कानको रोग बाहेक) सुन्दैन भने संसारलाई माया मारेछ भन्ने संझनु।

अथवा- जुन रोगीले आफ्नो औंलाले कान थुनेर कोही बोलेको

पनि सुन्न चाहँदैन भने आफ्नो बाटो लाग्नेभयो भन्ने संझनु।

अथवा- यदि रोगीको दाया-बायाँ, अगाडि या पछाडि माथि वा तलका कुनै अङ्गमा स्वाभाविक र कुनै अङ्गमा अस्वाभाविक विकृत रंग देखिन गयो भने त्यो व्यक्ति केही दिनभित्रै मर्दछ भन्ने संझनु।

अथवा- यदि रोगीको शरीरमा एक ठाँउमा प्रसन्नता जस्तो, अर्को ठाउँमा ग्लानि, अथवा एक अङ्गमा खस्रो र अर्को अङ्गमा चिल्लो देखियो भने त्यो व्यक्ति छिटै मर्नेवाला हो भन्ने संझनु।

अथवा- यदि रोगीको नङसिली, आँखा, मुख र हात खुट्टामध्ये कुनै किसिमका विकृतिहरू प्रादुर्भाव हुन लागोस् वा एकाएक रंग बदलियोस् या त्यसभन्दा पहिले कहिल्यै पनि न देखिएको रङ्ग अकस्मात् (विना कारण) देखियोस् त रोगी मर्दछ भन्ने संझनु।

अथवा- रोगीको दुवै ओंठ पाकेको जामुनाको फल जस्तो होओस् त त्यो रोगी गतायु संझनु।

अथवा- रोगीको घाँटी (कण्ठ) बाट अनेक किसिमका विकृत स्वरहरू निक्लन्छ वा अघिपछि (पहिले-पहिले) बोल्नेभन्दा भिन्दै स्वर निक्लेको छ भने उसको आयु निखेको संझनु।

अथवा- जुन रोगीको औंलाहरू तान्दा-पट्काउँदा पट्कन्न भने, उसले बाटो ततायो भन्ने जान्नु।

अथवा- जुन रोगीले देखिने चीजलाई देख्दैन र न देखिने चीजलाई फलाना चीज देखें भन्दछ भने त्यो रोगी बाँच्दैन।

अथवा- जुन रोगीको जिउरोमा (वा मुखमा या घाँटीमा) कुनै रोग छैन तापनि मीठो, पीरो, अमिलो आदिको स्वाद थाहा पाउन्न भने यसको आयु खतम भएछ भन्ने जान्नु।

अथवा- जो मानिस स्वप्नामा कुकुर, गधा या उँटमा चढेर दक्षिण दिशातिर जान्छ (गएको देख्दछ वा भन्दछ) भने त्यो व्यक्ति टी. वी. भएर मर्दछ।

अथवा- जुन व्यक्तिले सपनामा रातो कपडा वा राता फूलका मालाहरू लगाएको र रातो नै रंग भएकी (रातो कपडा लगाएकी) आइमाई खूबसँग हाँसेकी देखोस् त त्यो मानिस रक्तश्राव या रक्तपित्तको रोगबाट मर्दछ।

अथवा- जुन मनिसले सपनामा नाङ्गो भएर सबै शरीरभर घिउ वा तेल लगाएर अथवा न बलेको आगोमा हवन गरेको देखोस् या छातीमा कमल उम्रेको देखोस् त त्यो व्यक्ति कुष्ठ भएर मर्दछ।

अथवा- जुन मानिसको शरीरमा (नुहाइ-धुवाई गरी चन्दनादि सुगन्धित द्रव्य लेपन गरेर पनि) नीलो वा हरियो माखाले ज्यादै नै भुक्तायो भने त्यो रोगी प्रमेह रोगले मर्दछ।

अथवा- जुन मानिस सपनामा चाण्डालका साथ घिउ, तेल आदि चीजहरू पियोस् खाओस् त त्यो व्यक्ति पनि प्रमेह रोगले मर्दछ।

अथवा- जो व्यक्ति सधैं असन्तोष यद्वा निराश भइराखोस्, क्रोध लिइराखोस् अथवा सधैं डराएको (जस्तो) हओस् या हाँसिरहोस् या छिटो-छिटो बेहोश भइराखोस्, तिर्खा खूब लागोस् त त्यो व्यक्ति उन्माद रोगले मर्दछ।

अथवा- जुन् रोगी सपनामा राक्षसका साथ नाच्दा नाच्दै पानीमा डुबोस् ता त्यो पनि उन्मादरोगबाट मर्दछ।

अथवा- जुन् रोगीले अँध्यारो न हुँदा पनि अँधेरो देखोस्, कतैबाट कुनै किसिमको आवाज-शब्द न आउँदा पनि किसिम-किसिमका आवाज या गीतहरू गाएको सुनोस् त त्यो व्यक्ति मृगीरोगबाट मर्दछ।

अथवा- जुन व्यक्तिले सपनामा यस्तो देखोस् कि म रक्सी खाएर खूब मदमस्तसँग नाचिराखेको छु, अथवा भूतहरूले मलाई उँधोमुन्टो पारेर कतै लगिराखेका छन् भन्दछ भने त्यो रोगी पनि मृगी रोगले मर्दछ भन्ने जान्नु।

अथवा- जुन रोगीले सपनामा तिलबाट बनेका पदार्थ या पुडी, मालपुआ (वा) आदि खाएको हुँदा हुँदै जागोस्, अथवा ब्यूँझनेबित्तिकै पुडी, मालपुवा आदि (नै) वान्ता गरोस् त त्यो व्यक्ति संसारबाट छिटै बिदा हुँदैछ भन्ने जान्नु।

अथवा- जुन रोगीको छातिबाट नीलो वा पहेंलो कफ निक्लोस् त त्यसको जीवन संदेहयुक्त अर्थात् धेरै वर्ष बाँच्दैन।

अथवा- रोगीले आफ्नो छायाँ बिग्रेको देखोस् वा छायाँ नै न देखोस् या अर्काको छाँया न देखोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै दिन बाँच्दैन।

अथवा- आफ्नो छायाँ दुइभागमा बाँडिएको देखोस् या शिर विनाको देखोस् त त्यो व्यक्ति थोरै दिनको पाहुना हो।

अथवा- जो रोगी रोग लाग्नुभन्दा पहिलेको खानाभन्दा धेरै खाओस्, तर दिशा-पिशाव थोरै गरोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै महिना यस संसारमा रहनुपर्दैन।

अथवा- जुन रोगीको घाँटी (कण्ठ)बाट अनेक किसिमका आवाजहरू निक्लोस्, मन शिथिल ह ओस्, पखाला लागिरहोस् र कुनै तरहले पनि न रोकियोस्, बल घटेको होओस् तिर्खा ज्यादा लागिरहोस्, मुख सुकिरहोस् त त्यो व्यक्तिले पनि छिटै चोला फेर्दैछ भन्ने जान्नु।

अथवा- जुन रोगीको मासु क्षीण भएको होओस् यानि हाड र

छालामात्र भएको जस्तो हओस्, लिङ्ग भित्र घुसेको होओस्, शिर र जिउरो लत्रेको होस् त त्यो व्यक्ति छिटै महाप्रस्थान गर्दछ।

अथवा- जुन रोगीको कपालमा तेल न राखिकन पनि (नै) यस्तो देखियोस् कि मानौं तेल घसेको जस्तो हओस् त त्यो व्यक्तिलाई कालले बोलाइसकेको संझनु।

अथवा- जुन रोगीको जिउरो एकदम बाहिर आउन लागोस् या भित्रै जान लागोस्, अथवा नाक सुक्रोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै दिन बाँच्दैन।

अथवा- मुख, कान र दुवै ओंठ अत्यन्त कालो या सेतो वा रातो अथवा नीलो हओस् त त्यो रोगी पनि धेरै दिन बाँच्दैन।

अथवा- जुन रोगीको जिउरो लट्पटिएको जस्तो होओस् अथवा गरुँगो जस्तो मानोस् या काँढा परेको जस्तो होओस् वा कालो होओस् या सुकेको होस् त त्यो व्यक्ति यमराजको पाहुना संझनु।

अथवा- जुन रोगीको दुवै हात, गोडा अत्यन्त कडा हओस् या नशा, तालु आदि सबै अति चिसो होस् त त्यो व्यक्तिको आयु धेरै दिन छैन भनेर जाने हुन्छ।

अथवा- जुन रोगीले दाँतले नङ टोकोस्, वा नङ्ले कपाल तानोस् वा झिंजो या छेस्काले या हातको नङ्ले या गोडाको औंलाले पृथ्वीमा कोरोस्-लेखोस् त त्यो व्यक्ति पनि धेरै दिन यस पृथ्वीको भार हुनुपर्दैन। (कोही कोहीको यस्तो गर्ने बानि पनि हुन्छ)।

अथवा- जुन रोगीले ज्यादातर दाँत कट्कटाई रहोस् या आफूखुसै रोओस् र घरि घरि चिच्याएर वा गद्गद् हुँदै हाँसोस् त त्यो व्यक्तिले पनि आफ्नो गतायु संझनु।

अथवा- जुन रोगीलाई पहिले खूब राम्रो लागेको - मनपरेको

चीज र कुराहरू पछि एकाएक त्यही एकदम न राम्रो मानोस् त त्यो व्यक्तिको आयु निख्रेको रहेछ भन्ने संझनु ।

अथवा- जुन रोगीको दुवै आँखा अचानक कालो, शिथिल वा हरियो हओस्, आफ्नो शिर, गर्दन यद्वा शरीर गरुंगो भएर थाम्न न सकोस् त त्यो व्यक्तिको मानु सकिएछ भन्ने संझनु ।

अथवा- जुन रोगीमा विनाकारण अकस्मात् भक्ति, शील, स्मृति, बुद्धि र बल देखियोस् त त्यो व्यक्ति पनि ६ महिनाभन्दा ज्यादा बाँच्दैन ।

अथवा- जुन रोगी धेरै दिनसम्म रोगाएर केही पनि न खाएको होओस्, अत्यन्त कमजोर होओस्, तर अचानक निरोगी र जवान मान्छेले खाने झैं खाना खाओस् र केही काम-धन्दा पनि गर्नचाहे झैं गरोस् त त्यसलाई पनि यमराजको निमन्त्रणा आएको संझनु ।

अथवा- जुन रोगीको स्वर बसेको होस्, बल, कान्ती न होस्, शरीरको रंग बिग्रँदै गएको होस् र म अब मर्दछु अथवा म अब धेरै दिन बाँच्दिन या फलाना फलानालाई मेरो अन्तिम संझना सुनाइदिनु भनोस् त त्यसलाई पनि बाटामा हिड्ने बटुवा जस्तो संझनु ।

अथवा- जसको जिउरो नीलो, पहेंलो र काँढादार होओस्, तातो-तातो श्वास फेरोस्, रौं ठाडा हऊन्, आँखा रातो/पहेंलो होस् र घाँटीबाट घुर्घुराएको आवाज आओस् त त्यो व्यक्ति मर्दछ ।

अथवा- जसको मुखबाट रगत आवोस्, टाउको दुखोस् र भित्र दाह, बाहिर जाडो मानोस् त त्यो व्यक्ति गतायु संझनु ।

अथवा- जसको दाँतमा लेइ लागोस्, आँखा प्रायः एकोहोरीई राखोस् या टोलाइराखोस् (टोलाएको जस्तो होओस्), शरीरमा अचानक बल आओस् त त्यो व्यक्ति पनि प्रायः बाँच्दैन ।

अथवा- धेरै पिशाव गर्ने र छिटो छिटो श्वास फेर्ने, दुब्लो, खान

न रुचेको होस्, इन्द्रियमा कुनै कान्ति न भएको यद्वा शक्ति नष्ट भएको होस् त त्यो व्यक्ति पनि छिटै मर्न सक्दछ ।

अथवा- जुन व्यक्ति पटक-पटक बेहोश भइराखोस्, सुत्दा प्रायः उत्तानो नै सुति राखोस् र (सुत्दा) ज्यूँदो मानिसको जस्तो कुनै चेष्टा न गरोस् यद्वा मरेको हो कि ज्यूँदो हो ? (भन्न) छिटो छुट्याउन न सकियोस्, बस्दा-सुत्दा छिटो जराक्‌जुरुक् उठ्न न सकोस्, बाहिर चिसो भित्र दाह होस् त त्यो व्यक्ति पनि केही महिनामा नै मर्ने लक्षण हो ।

अथवा- रौं ठाडा हउन्, आँखा रातो होस्, छाती(मा) एकदम दुखोस्, लामो लामो सास फेरोस् त त्यो व्यक्ति पनि छिटै संसार छोड्दछ भन्ने संझनु ।

अथवा- जो रोगी जिरिङ्ग मानिराखोस्, हृदयमा पीडा भइराखेको होओस्, अङ्गभित्रमा दाह धेरैदिनसम्म भइरहेको होस्, बाहिर सारा शरीर चिसो होस्, शिरमा पसिना आओस् तर छाति र अन्यत्र पसिना न आवोस् त त्यो व्यक्ति पनि महाप्रस्थानको तयारी गर्दैछ भन्ने जान्नु ।

अथवा- जुन मानिसले (नाकको रोग बाहेक) प्रत्येक - हरेक पदार्थलाई सुगन्धित ठान्दछ वा दुर्गन्धित मान्दछ या सुगन्धित चीजलाई दुर्गन्धित र दुर्गन्धित चीजलाई सुगन्धित मान्दछ भने स्वस्थावस्थाको भए ६ महिना र रोगी छ भने ३ महिनाभन्दा बढि बाँच्दैन ।

अथवा- जुन रोगीले पीरो, अमिलो, नुनिलो, गुलियो, टर्रो आदिको स्वाद जिउराले थाहा न पाओस् वा उल्टो-सुल्टो कुरा गरोस् त त्यो व्यक्ति वर्ष दिनको मात्र अतिथि संझनु ।

अथवा- जुन रोगीले आफूले स्पर्श गरेर पनि खस्रोको चिल्लो, चिल्लोलाई खस्रो, तातोलाई चिसो र चिसोलाई तातो भन्दछ भने, कमलोलाई साहारो र साहारोलाई कमलो भनोस्-मानोस् त उसँग लेनदेनका हरहिसाव आदि सबै सोधपुछ गरेर बसे हुन्छ ।

(यी माथिका कुनै-कुनै लक्षणहरू सन्निपात रोगीहरूमा पनि पाइने-हुने हुनाले त्यो रोग भए न भएको ख्याल गर्नुपर्दछ, अन्यथा कुनै केहीको विचार नगरी बोल्न पाएँ भनेर प्याच्च बोल्ने, बस्न पाएँ भनेर थुचुक्क बसिहाल्ने र खान पाएँ भनेर क्वाप्प खाइहाल्ने बानी गर्नु हुँदैन)।

अथवा - जुन रोगीले (पहिले-पहिले) खान्न भनेर छोडेका चीजहरू खान पुनः मन गर्दछ भने, अथवा (अन्तिम अवस्थामा) बुझ्नै न सकिने (मानौं भूतप्रेत-मरिमसान भएर हिंड्ने गरेका निशाचरहरूले बोल्ने भनिने जस्तो) कच्याङ मच्याङ आदि कुराहरू बोल्दछ भने त्यो व्यक्ति छिटै आफ्नो बाटो लाग्नेभयो भन्ने संझनु।

यो तल दिएको (तालिकाको) बारमा नक्षत्र वा नक्षत्रमा बार परेर रोग लागेको रहेछ भने त्यो रोगी धेरै प्रयत्न गरे मात्र बाँच्ला, अन्यथा मर्ला भन्ने संझनु।

१. नोट- यी वार, नक्षत्र, र तिथी परेका बेलामा रोग लागे (रोगी) मर्दछ, औषधी गर्नुपर्दैन भन्न खोजिएको होइन। परन्तु वैद्यक यद्वा ज्योतिष शास्त्रमा यस्तो लेखिएको छ भनेर दर्शाइएको मात्र हो र परिक्षण अपेक्षित छ।

प्रीय पाठकवृन्द ! अरू पनि यस्ता लक्षणहरू न भएका होइनन्, तर यहाँ यस विषयमा अर्को छुट्टै पुस्तक तयार हुन जाने र ग्रन्थ विस्तारको भय हुनाले अहिलेलाई यत्तिमात्र।

पाठकवृन्दहरूको अभिरुची भएमा हामी यस पुस्तकको दोश्रोभागमा उल्लेख गर्ने प्रयास गर्नेछौं। यहाँ दिइएकाबाट पनि केही रूपमा जानकारी हुनेनै छ भन्ने आशा छ।

मर्न लागेका मानिसलाई परिवारले गर्नुपर्ने कर्त्तव्यको केही जानकारीहरू

१. रोगीको अब मृत्यु नजीकमा (छिटै) हुन जाने छ भन्ने थाहा हुनासाथ खाट वा पलङ्ग आदिमा भन्दा जमिनमा नै विस्तरादि लगाई सुताउनु ।

वार	नक्षत्र (यमघण्ट योग)	नक्षत्र (मृत्युयोग)
आइत	मघा	अनुराधा
सोम	विशाखा	३ उत्तरा
मंगल	आर्द्रा	मघा
बुध	मूल	अश्विनी
विहि	कृत्तिका	मृगशिरा
शुक्र	रोहिणी	अश्लेषा
शनि	हस्ता	हस्ता

अथवा - अश्लेषा, शतभिषा, आर्द्रा, धनेष्ठा, ज्येष्ठा, पूर्वभाद्रपदा, पूर्वषाढा, पूर्वफाल्गुनी, भरणी, कृत्तिका र विशाखा यी नक्षत्रमा आइतवार, मंगलवार र शनिवारमध्ये कुनै एउटा वारमा नवमी, षष्ठी, द्वादशी र चौथी तिथिमध्ये कुनै एउटा तिथि परे पनि मृत्युयोग[१] पर्दछ भनी जान्नु ।

२. जुन ठाउँमा सुताउनु छ त्यहाँ भरिसक तुलसीको मठ नजिकै होस् र त्यस ठाउँमा कुनै पवित्र माटो र गाईको गोबरले लिपिएको होओस् !

३. विस्तरा आदि लगाइ सकेर (रोगीलाई) त्यहाँ सुताई तल लेखिएको मन्त्र–

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां गतोऽपि वा।
यः स्मरेत् पुण्डरीकाक्षं स वाह्याभ्यन्तरः शुचिः ॥

पछी कुश, तुलसीपत्र, जौ, तिल र सुन मिसिएको जलले मार्जन गरिदिनु ।

४. विस्तरामा सकभर सेतो पहेंलो कपडा या ऊनीको वस्त्र प्रयोग गरिएको होस्, तर निलोरंगमा रँगाइएको वा नीला-हरिया रंगका रेशमका कपडाहरू बिच्छ्याउनु-प्रयोग गर्न त्यति उपयुक्त मानिंदैन यस अवस्थामा ।

५. सम्भव भए विस्तराको मुनि कुशको आसनी राखिदिनु, न पाइए कुशको टुक्रा भएपनि शिरानी (तकिया) मुनि राखिदिनु ।

६. शुद्ध (चोखो) कपडा मरणासन्न व्यक्तिलाई ओढाइदिनु, मुख न छोपिने गरी ।

७. घाँटीमा रुद्राक्ष या तुलसीको माला लगाइदिनु वा नजिकै राखिदिनु ।

८. शिरानीतर्फ तुलसीको मठ या तुलसीको गमला हओस् ।

९. शिरानीमा गीताजीको या विष्णुसहस्रनामको वा गजेन्द्रमोक्षको पुस्तक राखिदिनु ।

१०. निधारमा भस्म (विभूति) या गोपीचन्दन लगाइदिनु ।

११. माथि भनिएको कुश, तुलसीपत्र, तील र सुनको प्रतिमा

राखिएको जल वा चरणामृत समय समयमा पियाउँदै रहनु (परन्तु यो ख्याल राख्नुपर्दछ कि प्राण जाने अवस्थामा जल पियाउँदा-ख्वाउँदा उक्त व्यक्तिलाई सकस पर्न जान पनि सक्छ, अतः यस विषयमा साह्रै विचार पुऱ्याउनु पर्दछ)।

१२. मरणासन्न व्यक्तिको विस्ताराको चारै तर्फ फूलहरू छरिदिनु र सुगन्धित (चिनी घिउ, खुदो वा धुपीको, त्यो पनि न पाइए असली अगरबत्तीको) धूप दिनु।

१३. मरणासन्न रोगीलाई परलोकमा सहायता गर्ने हरि, नारायण कृष्ण, राम, प्रणव आदि नामरूपी औषधीको प्रयोग गरिदिनु। परमात्माको कुनै पनि नामको उच्चारण गर्नु या गराउन लगाउनु। विष्णुसहस्त्रनाम, गजेन्द्रमोक्ष या श्रीमद्‌भागवत वा श्रीमद्‌भगवद्‌गीता (विशेषतः आठौं अध्याय) अर्थसहित सुनाउनु। परलोकमा सुख दिने औषधी यिनै हुन्।

१४. हुनसक्छ भने उसको जुन इष्टदेव हो, उनै भगवान्‌को सुन्दर, शान्त स्वरूपको चित्र-फोटाहरू परमधाम जान लागेको व्यक्तिले देख्ने गरी राखिदिनु।

१५. सम्भवभए आधा तोला जतिको सानो श्रीशालिग्रामजीको मूर्ति मरणासन्न व्यक्तिको छाती (हृदय)मा (च्यादर वा ओढाइएको वस्तुमाथि भए पनि हुन्छ, तर कतै खस्न-झर्न भने भएन) राखेर घरका सबै परिवारले त्यहाँ मूर्तिमा पूजा गर्नु र धूप, दीप, नैवेद्य र आरती गरिदिनु (गर्नु) र प्रदक्षिणा र नमस्कार पनि गर्नु–

नारायण दयासिन्धो! जगन्नाथ जनार्दनः।
मामुद्धर महाविष्णोः संसाराब्धेः सुदुस्तरात्॥

१६. यतातिर यी माथि बताइएका विषयहरू जुट्दै-गरिदै गइएको

छ भने अर्कोतर्फ भगवानका गुणानुवाद कीर्तनहरू अनवरतरूपमा चल्दै रहोस् ।

१७. मरिसके पछि पनि कमसेकम १५-२० मिनटतक कीर्तन भइराखोस्, जबतक शवयात्राको तयारी भएको हुँदैन ।

वास्तवमा कोही पनि प्राणी कहिल्यै अजरामर हुनै सक्दैन, जन्मे पछि मृत्यु अवश्यम्भावी छ । अत: मर्नेका निमित्त शोक गर्नु व्यर्थ छ, त्यसैले रोगी मरणासन्न हुन लागेपछि शोक गरेर रुनु त झन् अनर्थ हो र अरू सम्बन्धितले पनि आँसु न झारी, शोक न गरीकन-धैर्यधारण गरी भगवान्का नामस्मरण कीर्तन आदि गराउनु । जय-जयकारको उच्चारण गर्नु, भगवान्का राम्रा-राम्रा गुणानुवादहरू गाउनु ।

जसले मरणासन्न व्यक्तिलाई भजन-कीर्तन सुनाउँछ र साथै उसको सेवा गर्दछ भने त्यस वखतको सेवकको ठूलो माहात्म्य बताइएको छ । त्यो सेवा कार्य बराबर न कुनै भजन छ, न ध्यान छ, न त सत्संग नै छ ।

साँच्चै भन्ने हो भने मुक्ति प्राप्ति गर्ने बेला नै यही हो । सब काम छोडेर मरणासन्न व्यक्तिको सेवा गर्न जानु, लाखौं काम छोडेर कीर्तन, भजन, स्तोत्र पाठ गर्नु (गरिदिनु)- ।

अन्तिम अवस्थामा पञ्चमहाभूतमा मिल्नजाने व्यक्तिको दृष्टि र चाहना जुन चीजमा हुन्छ त्यसैमा त्यसको भविष्य ( ) बन्न जाने हुनाले उसको जीवन आनन्दमय बनाउनको लागि उपरोक्त चीजमा आस्थावादी हुन प्रयास गरिएको हो–

यं यं वापि स्मरन् भावं त्यजन्त्यन्ते कलेवरम् ।
तं तमेवैति कौन्तेय! सदा तद्भाव भावित: ॥

भावार्थ–

प्राणान्तका समयमा जुन जो चितायो
त्यै प्राप्त हुन्छ भनि भन्दछ शास्त्रमा यो।
तस्मात् हरिस्वरुपमा मन राख्नुपर्छ
यो भन्दिने परम बान्धव त्यो ठहर्छ॥

यी कुराहरू प्रति सहमत हुनु, मान्नु–नमान्नु आफ्नो रुचि र विश्वास अनुसार हुने भएकोले यहाँ हामीले मात्रै पर्छ–गर्नै पर्छ भनेर कर लगाउनु, भन्नु केही छैन। अस्तु

कुन चीजसँग कुन् चीज एकसाथ वा उत्तिखेरै खानु हुँदैन ?

दुध र माछा–मासु एकै साथ वा उत्तिखेरै खानु हुँदैन।
मासु र दूध वा मासु र सातु एक साथ खानु हुँदैन।
परेवाको मासु तेलमा भुटेर खानु हुँदैन।
गरम चीज खाँदा उत्तिखेरै वा साथ साथै दही न खानु।
तामाको भाँडामा धेरै बेर राखेको दूध न खानु।
काँशका भाँडामा धेरै बेर राखेको घिउ न खानु।
महसँग तातो चीज वा तातो दूधमा मह राखेर न खानु।
खीरसँग खिचड़ी, तर्कारी वा दही, मोही न खानु।
घिउ र मह बराबर मिलाएर न खानु।
धेरै प्रकारका मासु एकै छाकमा वा एकै दिन न खानु।
घिउ, तेल, मह, पानी र दूध एकैसाथ वा उत्तिखेरै न खानु।
मोही, दाल र भात मुछेर वा उत्तिखेरै न खानु।

मूला, लसुन र तुलसी खाएर वा उत्तिखेरै एकछिनपछि दूध खान्छ भने त्यसलाई कोढी हुन्छ।

कुनै पनि चीजको साग, पाकेको कटहर, दूध र मह मिलाएर खान्छ भने कुनै डरलाग्दो रोग वा नपुंसक हुन्छ (भइन्छ)।

मूला खाने बित्तिकै दूध वा दूध खाने बित्तिकै मूला खान्छ भने त्यो पनि कोढी रोग हुनबाट बच्न सक्दैन।

लीचि वा खरबूजो खाएपछि तुरुन्त पानि न पिउनु।

बकुल्लेको मासु बंगुरको बोसोमा भुटेर वा पकाएर खान्छ भने काल आइसकेको छ भनी जाने हुन्छ।

मह तताएर खान्छ भने कात्रो ठिक पारे हुन्छ।

पानीसँग घिउ वा सातु खाएर तुरुन्त खीर खान्छ भने त्यसलाई डरलाग्दो रोगले न सताउला भन्नसकिंदैन।

याद राखे काम लाग्ने कुराहरू

दुध – (मनतातो भएको दूध) थकाइ नाशक, बलवर्धक।

मह – कफ, पित्तनाशक, बलवर्धक।

घिउ – वात, पित्तनाशक, बलवर्धक।

तेल – वात, कफनाशक।

नून – रुचिकारक।

अमिलो – (उचित रूपमा प्रयोग गरे हृदयको लागि) हितकारक।

पसिना – शरीरलाई कोमलता बनाइराख्न उत्तम।

कसरत – शरीरलाई बलियो बनाउन उत्तम।

मैथुन – उचित प्रयोगले स्वास्थ्यलाई लाभदायक। तर अति मैथुनले बल-तागत, बुद्धि, स्मृति आदि नाश गराउन सर्वोत्तम।

उँखुको रस - वीर्य बढाउन र पिशाव लगाउन उत्तम ।

जामुन - वायु प्रकोप बढाउन उत्तम ।

माष - वात, पित्त र कफ बढाउनमा उत्तम ।

अरेंठको तेल - साधारण जुलाफ गराउन ।

स्यूँडी - पातलो दिशा गराउनमा उत्तम ।

खयर - कुष्ठ नाश गर्नमा उत्तम ।

अमला - उमेर स्थिर गराउन यद्वा बुढ्याईं रोक्न ।

बेलको काँचो फल - दिशा कब्जियत गराउन । भोक जगाउन र वात, कफ नाश गर्न ।

भेडीको घिउ - हृदय (स्वास्थ) लाई हानी गराउन उत्तम ।

बाख्रीको दूध - रक्तश्राव रोक्न र दूध बढाउनमा उत्तम । रुघा पिनास आदिमा हित गर्न उत्तम ।

भेडीको दूध - कफ, पित्त बढाउनमा उत्तम ।

भैंसीको दूध - निद्रा र ताकत बढाउनमा उत्तम ।

दूध र घिउ - ताकत एवं बुढ्याईं नाश गर्नमा उत्तम ।

समयमा भोजन-आरोग्य ।

दिशा पिशाव गर्दा दाँत टम्म पारेर जोड्न - दाँत बलियो हुन ।

मलमूत्रको वेग रोक्न - रोग व्याधि निम्त्याउन ।

मदिरा सेवन - चिन्ता हटाउन, वेहोश बढाउन ।

मदिरा अधिक सेवन - धन, स्मृति, बुद्धि नाश गर्न र उस्तै परे कुकुरद्वारा मुतिइन, कट्टिमुनि लगाइएका कपडाहरूमा दिशा पिशाव पार्नमा उत्तम ।

निक्लँदो वीर्य रोक्नु – नपुंसक बनाउनमा उत्तम ।
बासी खाना खानु – अरुची-मन्दाग्नी र रोग निम्त्याउन ।
अजीर्ण भोजन गर्नु – सबै रोगलाई निम्त्याउन ।
अधिक उपवास – आयु कम गर्नमा उत्तम ।
भोक हटिसकेर खानु – दुर्बलता गराउन ।
विषम भोजन गर्नु – पेटको रोगलाई निम्त्याउनु ।
विरुद्ध पदार्थ खानु – कुष्ठ, मिर्गी, सेतो दाग आदि रोग निम्त्याउन वा बढाउन ।
क्रोध – चिन्ता, रोग, शत्रु र बुढ्याई गराउन ।
शक्तिभन्दा ज्यादा परिश्रम – शरीर छिटो थोत्रो बनाउन ।
रजस्वला गमन – लक्ष्मी त्याग्न, पुण्य भगाउन र रोग निम्त्याउन ।
चिन्ता लिनु – बुढ्याईं छिटो निम्त्याउन ।
विषाद गर्नु – रोग बढाउन, आलश्य गराउन ।
धेरै साग खानु – शरीर सुकाउन वा सुन्निन ।
गर्भवती स्त्री – कडा औषधी, ज्यादा कसरत-परिश्रम (काम) र डरलाग्दा चीजहरू हेर्न र संभोगबाट बच्न ।
असमर्थता – डर पैदा हुनमा सर्वोपरी ।
उत्तेजित यद्वा राजसी भोजन – मूर्खता र रीस बढाउन ।
विचारै न गरी बोल्नु – शत्रु कमाउन, झञ्झट बढाउन ।
ज्वरो – रोगहरूमा ज्यादा बलियो ।
कुष्ठ – धेरै समयतक रहिरहने ।
टी. वी. – सबैभन्दा कठिन (आजकल केही सरल यद्वा छिटो रोग निर्मूल हुन सक्ने हुन थालेको छ) ।

प्रमेह - छिट्टै सञ्चो न हुने ।

ब्रह्मचर्यमा रहनु - आयु, तेज, स्मृति आदि सबै बढाउनमा अति उत्तम ।

सन्तोषले रहनु - पुष्टिकारक ।

उचित निद्रा - थकाइ हटाउन र स्वस्थ रहन ।

ज्यादा निद्रा - आलश्य बढाउन ।

मनको प्रसन्नता र परमात्माको चिन्तन-

गर्भधारणमा उत्तम सुख रसँन्तोषसंग जीवन बिताउन ।

शान्ति लिनु-मन, वचन र कर्ममा उत्तम ।

सन्तोषले रहनु - पुष्टिकारक ।

आफ्ना सहपाठीसँग शास्त्रार्थ गर्नु-बौद्धिक विकास ।

सद्वचन - जोसुकैसँग र सधैं ग्रहण गर्न उत्तम ।

कुन् रोगमा केको प्रयोग गर्ने ?

ज्वरोमा - तुलसीको चिया, मह, तुलसीको पातको रस, अदुवाको रस या पानको रस ।

वातज्वरमा - मह, रातोपटुवा हुने बोटको रस, चिरायता, तुलसीको पातको रस या ल्वाङ भिजाएको पानी ।

सन्निपातको ज्वरामा - अदुवाको रस, तुलसीको पातको रस, दशमूल क्वाथ, कण्टकारीको क्वाथ, पिपलाको जराको क्वाथ ।

शीतज्वरमा - भाँङको रस या मरीच पकाएको तातो पानी ।

जीर्णज्वरमा - मह, पिपला, जीरा, पिपल, सितोपलादि चूर्ण, दूध, सूठो इत्यादि ।

कुपथमा - क्यामुनाको रस, सालको रस या असुराको मुन्टाको रस। अनि जुन चीजको कुपथ परेको छ त्यही चीजलाई (डढाएर त्यसको खरानी) तातो पानीसँग खाने।

अण्ड वृद्धिमा

कोखापट्टि एउटा ठूलो नसो सुन्निंइँदै गएको पाइन्छ, सो नसालाई फेला पार्न सकेका खण्डमा काछको आसपासबाट सो नशालाई पक्री तलतिर अण्डकोषतिरै तान्ने गर्नाले केहि दिनबाट नै अण्डकोष वृद्धि हुने रोग नाश हुन्छ।

जान्नुपर्ने कुरा के छ भने जुन भाग तिरको अण्डकोष बढेको छ सोही भागकै माथि (कोखापट्टि) तिरको नशा तान्नुपर्दछ। दुवै अण्डकोष बढेको भए दुवै नशा पक्री खिच्ने प्रयास गर्नु-खिच्नु। नसो चिन्ने तरिका के त भने त्यो अण्डकोषतिर गएको नसामा ज्यादा दुख्ने र सुनिने गरेको हुन्छ र त्यही नशाको माध्यमबाट नै पानीको मात्रा अण्डकोषमा थुप्रिन जाने गरेको हुन्छ।

अथवा - अमिली, तित्रीका पात मोहीमा पिसेर अलि अलि तातो पारेर अण्डकोष वरिपरि लेप लगाएर कपडाले बाँधिदिनु। करीव २ महिनासम्म प्रतिदिन लगाउने गरेमा निको हुन्छ।

खोकीमा

कण्टकारीको जरोको चूर्ण १ मासा, पिपलाको धूलो १ मासा, यी दुवैलाई एकत्र गरी महमा मिलाएर चाट्नाले खोकी आराम हुन्छ।

अथवा- कण्टकारीको फूलको चूर्ण र पिपलाको चूर्ण १-१ मासा मिलाई महमा फेटी खानु।

अथवा- असुराको मुन्टाको रसमा मह मिलाएर २०/२२ दिनसम्म खाने गर्नाले धातुक्षय, श्वास र खोकीमा आराम गर्दछ।

अथवा- असुराको मुन्टाको रस ६ मासा, मह ६ मासा, र समुद्रनून १ मासा यी तीनैलाई एकत्र गरी मिलाई तातो पानीसँग केही दिनसम्म खानाले निको हुन्छ।

अथवा- मुलेठी (जेठीमधु), मरीच र मिश्री समभाग लिई पिसी छानी चना जत्रो गोली बनाई सो २-३ गोली तातो पानीसँग खानाले खोकी विसेक हुन्छ।

अथवा- हर्रो, वर्रो अमलालाई डढाई त्यसको खरानी महसँग चाटेर खानाले वृद्धावस्थाको खोकी पनि आराम हुन्छ।

अथवा - जेठीमधु, मरीच र मिश्री यी सबैलाई एकत्र गरी पिसी ४/५ दिनतक दुवै समयमा लगातार खाने गर्नाले खोकी जान्छ।

अथवा - अलैंचीलाई मन्द आगोमा भुटी पिसेर महमा मिलाएर खाने गर्नाले पित्तबाट उब्जेको खोकी निको हुन्छ।

अथवा - सुहाग भुटेर पिस्नु, अनि पानमा राखेर दिनमा ३/४ पटक ६/७ दिनसम्म खाने गर्नाले कफज खोकी निको हुन्छ।

अथवा - चिया पकाउँदा अलिकता अदुवा राखेर खाने गर्नाले पनि खोकी कम हुन्छ।

अथवा - खुदो र घिउ पकाएर खाने गर्नाले क्षयरोगसम्बन्धी खोकी आराम हुन्छ।

अथवा - मरीचको धूलो महमा फेटेर चाटनाले सुख्खा खोकी आराम हुन्छ।

अथवा - सितोपलादि चूर्ण, वासावलेहमा फेटी खाने गर्नाले पुरानो खोकी पनि निको हुँदै जान्छ।

अथवा – गुडमा मरीच र सुँठोको धूलो मिलाई खाने गर्नाले खोकी र सामान्य रुघा विसेक हुन्छ।

अथवा – मिश्री र मरीच मुखमा लिई राख्ने र यसैको रस सुस्त सुस्त निल्दै गरिरहनाले तिर्खा र खोकी हट्दछ।

अथवा – मकै भुटेर डढाउनु, त्यसको खरानीमा सिधेनून र पिपला मिलाई पिसनु र सो भस्म (धूलो तातोपानीसँग दिनमा ३/४ पटक खाने गर्नाले साधारण रुघा खोकी र कुकुरखोकी पनि आराम हुन्छ।

अथवा- कालो धतुराको जरो धोएर सुकाउनु, सुकेपछि धूलो पार्नु र चिलिममा राखेर खाने गर्नाले खोकी ठिक हुन्छ।

अथवा- अनारको बोक्रा ४ मासा, जेठीमधु २ मासा, बरोको बोक्रा २ मासा यी सबैलाई एकत्र गरी पिसी १ पाउ पानीमा पकाउनु। जब सुकेर-पाकेर थोरै रहन्छ, तब उतारी १ तोला मिश्री मिलाएर खानाले खोकी ठिक हुन्छ।

अथवा- कमलगट्टालाई खूब पिसेर छान्नु, अनि २/३ मासाको मात्रा गरी, २ टायम महमा फेटी खानु केही यसरी दिनसम्म खाने गर्नाले खोकी आराम हुन्छ।(कमलको बीजको भित्रको हरियोभाग रहेछ भने त्यो हरियोभाग निकालिदिनु, किनकि सो हरियो भागले हानि गर्न सक्छ)।

अथवा- कण्टकारीको फूलको धूलो, भुटेको जिरा र मिश्री यी सबैलाई एकत्र गरी तातोपानीसँग खाने गर्नाले पित्तबाट भएको खोकी सञ्चो हुन्छ।

अण्डकोष बढेकोमा

भाँङको पात पिसेर लेप लगाउनु र पट्टि बाँध्ने गर्नाले अण्डकोष बढ्नमा नियन्त्रण गर्नुका साथै रोग पनि सञ्चो हुन सक्छ।

अण्डकोष चिलाउनेमा

गुप्ताङ्ग यद्वा अण्डकोष ज्यादै चिलायो भने अलि अलि कन्याएर कागतीको रस लगाइदिनु च्वाट्टै निको भैहाल्छ ।

आँखा दुख्ने र धमिल्लोपनमा

त्रिफला पानीले धुने गरेमा आँखासम्बन्धी सम्पूर्ण रोगहरू नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- मरीच र घ्यू मिलाएर केहीदिनसम्म खाने गर्नाले आँखासम्बन्धी रोगहरू नष्ट हुन्छन् ।

अथवा- १ मासा धनियाँको गेडा घिसेर आधामाना पानीमा पकाउनु र कपछान गरी त्यो रस आँखामा १/२ थोपा हाल्ने गरेमा आँखा पोल्ने र आँखाबाट पानी बग्ने रोग निको हुन्छ ।

आँखाको फूलोमा

कपूर र बरको दूध मिलाएर आँखामा सलाईको काँटी जस्तो सानो छेस्कोमा सफा रूई बेह्रेर गाजल लगाए झैं गरी लगाउने गरेमा आँखाको फूलो नष्ट हुनसक्छ ।

आउँ-मासी परेकोमा

३ मासा कागतीको रसमा अफिम आधा रत्ति मिलाएर दूधसँग पिउने गर्नाले आउँ-मासी ठिक हुन्छ ।

आगोले पोलेकोमा

आगाले पोलेकोमा तुरुन्तै काँचो आलु पिसी लगाइदिनु पोलेको घाउमा दाह पनि हुँदैन र सञ्चो पनि हुन्छ ।

कपाल कालो गराउनु परेमा

धनियाँको रस र अमलाको रस खाने गर्ने र धनियाँको रस टाउकोमा लगाएर नुहाउने गरेमा कपाल कालो र सुन्दर बनाइदिन्छ।

अथवा- त्रिफला पानीले कपाल धुने (नुहाउने) गरेमा फैलो कपाल कालो हुँदै जान्छ।

कपाल झर्ने गरेकोमा

तुलसीको पातको रस र सखर मिलाएर बेलुका सुत्ने बेलमा टाउकोमा लगाएर सुत्ने र बिहान उठेपछि मनतातो पानीले नुहाउने गरेमा कपाल झर्ने रोग ठिक हुँदै जान्छ।

कपाल लामो गराउनु परेमा

अमलाको तेल १ किलोमा २०० ग्राम कफिको बीउ हालेर मन्द आगोमा पकाउने र तेल सेलाएपछि त्यो तेलले नुहाउने गरेमा कपाल बढ्न थाल्नेछ, साथै कैलो कपाल रहेछ भने पनि कालो हुँदै जान्छ।

कफशूल भएकोमा

निमको बोक्राको काढा पानी पकाएर खाने गर्नाले कफशूल ठिक हुन्छ।

कफ फटाल्नु (निकाल्नु) परेमा

मरीच पिसेर महसँग मिलाएर खाने गरेमा कफ फ़टाएर खोकी समेत निको हुन सक्छ।

कलेजो र फियोको रोगमा

मूलाको बिउ ३ मासा र कागतीको रस मिलाएर प्रत्येक दिन खाने गर्नाले कलेजो र फियो बढेको ठिक गर्दछ ।

कब्जियतमा

१ तोला अमिलीको फल पानीमा पकाएर छान्ने र मिश्री मिलाएर खाने गर्नाले पेट फुल्ने र कब्जियत हुने दुवै रोगलाई नष्ट गर्दछ ।

अथवा- कब्जियतको रोगीले प्रत्येक दिन बिहान ५/६ ओटा पाकेको केरा खाने गरेमा कब्जियत रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- बिहान उठ्ने बित्तिकै र बेलुका सुत्ने बेलामा कागती र पानी खाने, भात खाने बेलामा प्याज, हरियो सागपात र प्राय: गरेर सुखा रोटी खाने गरेमा कब्जियत हट्दछ ।

कान न सुन्नेमा

बबूलको फूल, तोरीको तेलमा पकाएर कपडाले छानी सो तेल दिनमा ३/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान न सुन्ने रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा - दालचिनीको तेल २/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान सुन्न थालिन्छ ।

कान पाकेकोमा

सूर्तीको पात भिजाउने र त्यसबाट आएको पानीलाई मनतातो पारेर तताउने र ३/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा कान पाक्ने रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- तिलको तेलमा सुकेको लसुनको पोटि डढ्ने गरी

पकाउने र पकाएको - पाकेको तेल कपडाछान गरी कुनै सफा सिसीमा राख्नु । आवश्यकतामा कानको पीप सफा गर्न मिले सम्मन् सफा गरेर ३/४ थोपा कानमा हाल्ने गरेमा पाकेको कान हराउँदै- सञ्चो हुँदै जान्छ ।

अथवा- १ रत्ति निलोतुथो पिनेर तिलको तेलमा पकाएर कपडछान गरी पाकेको कानमा ३/४ थोपा हाल्ने गरेमा कान पाकेको निको हुन्छ ।

काटेको घाउमा

दुबोको रस (बाक्लो गरी) लगाउनाले ठिक हुन्छ ।

अथवा- पोष्टकार्ड पोलेर त्यसको खरानी लगाए पनि काटेको घाउबाट रगत बग्नबाट बचाई बिसेक गराउँछ ।

अथवा- आँकको बोक्रा पिसेर लेप लगाउनु ।

कालो छाला गोरो गराउनमा

आधा तोलाको मात्रा गरी दिनमा ३ पटकका हिसाबले सेतो दुबो पिसेर नित्य लगाउने गर्नु ।

किरा परेको घाउमा

दिनको ३ पटक वरको दूध घाउमा हाल्ने गर्नु, घाउका किरा नष्ट हुन्छन् - मर्दछन् ।

घाउ - खटिरामा

जिउमा खटिरा आएको छ भने निमको पात बोक्रा पिसेर लगाउनु

अलि अलि मालिस पनि गर्नु, १५-२० मिनेट पछि नुहाउने गर्नु। खटिराहरू हराउँदै जान थाल्नेछन्।

खोकी र दममा

१ मासा आँकको फूल, १ मासा सिधेनून, ३ लाल अफिम, ३ मासा ज्वानो यी सबै मिलाएर पिसने र सानो केराउको जत्रो गोली बनाई ३/३ घण्टामा १-१ गोली तातो पानीसँग खाने गर्नाले खोकी र दम दुवै ठिक हुँदै जान्छ।

टन्सिल भएकोमा

नून पानीले बिहान बेलुका कुल्ला गर्ने र शिलाजीत (घोटेर) लगाउने गरेमा टन्सिल रोग ठिक हुँदै जान्छ।

टी. वी. रोगमा

तात्तातै गाईको गहुँत प्रत्येक दिन बिहान १/१ मानाको दरले खाने गरेमा टी. वी. रोग निर्मूल हुन्छ।

(गाई भने भर्खरकी न बच्चा, न त बूढी र स्वस्थ-निरोगी भएकी हुनुपर्दछ)।

बच्चाको टाउकोमा घाउ खटिरा आएमा

तामाको भाँडोमा एकमाना जति दही हालेर तीन दिन राख्ने र त्यही दहीले नुहाई दिए टाउकोको घाट खटिरा ठीक हुन्छ।

पातलो दिशा लागेमा

प्याजको रसमा एक चिम्टी जति अफिम मिलाएर खाए पातलो दिशा ठीक हुन्छ।

दैनिक प्रयोग हुनसक्ने केही औषधीहरू

मरीच -

संस्कृतमा - मरीच, बेल्लज, कृष्ण, ऊषण र धर्मपत्तन, हिन्दीमा- मरीच, मिरच, गोलमरीच, कालीमिरच, दक्षिणी मरिच, गोलमिर्च, चोखा मिरच। बंगाली भाषामा - मरीच, कन्नडमा - ओल्लेमेणसु, गुजरात-मरि, मरितीखा, कालामरी, सिन्धिभाषामा-गूलमिरीएँ, अरबीमा - फिल्फिले अवीद, अंग्रेजीमा - ब्लक पेपर। इत्यादि

मरीच - अग्निदीपक, कफ तथा वायुनाशक, पित्तकारक, श्वास, शूल तथा कृमिरोग नाशक मानिन्छ। साथै सुगन्धित, उत्तेजक तथा पाचक पनि छ। यसको सेवनले पिशाव ज्यादा गराउँछ। सर्दी अवस्थामा चियाकासाथ या चियामा राखेर खाने गर्नमा बूढा पुरानामानिसहरू मन पराउँदछन्। सुजाकको रोग भएमा यसको धूलोले विशेष लाभ गर्दछ। घिउको अपचमा मरिच लाभदायक हुन्छ। खोकीमा मह र (विषमभाग) घिउका साथ सेवन गर्नाले ठीक गर्दछ। पुरानो रुघा आदिमा पनि गुड र दहीमा मिलाई सेवन गर्नाले आराम गर्दछ। उचित मात्राभन्दा ज्यादा भए पिशाव पोल्ने र वमन पनि गराउन सक्दछ।

ज्वानो

हिन्दीमा - अजवाइन, जवाइन। बं०-यमानी, यउयान, गु०- अजमा, यवान। ता० - अमन, फा० - नानुखा, संस्कृतमा-यवानिका, उग्रगन्धा, ब्रह्मदर्भा, अजमोदिका, दीप्यका, दीप्या र अंग्रेजीमा - दी विशाप्स वीड। इत्यादि।

ज्वानो- पाचक, रुचिकारक, पित्तवर्धक, तथा शुक्रशोषक

मानिएको छ। साथै उत्तेजक, कृमिनाशक, संक्रमण निरोधक, दुर्गन्धिनाशक, श्वास, कास नाश गर्नमा पनि प्रयोग गरिन्छ। यसको तेल पनि अनेक रोगमा लाभदायक मानिंदै आएको छ। पुरानो खोकीमा यसको प्रभावले कफ निकाली श्वास फेर्नमा सजिलो पार्दछ। अजीर्ण भएमा सिधेनून र ज्वानो मन्द आगोमा भुटेर पिसी छानेर शिसीमा राख्नु, आवश्यकतामा तातो पानीसँग सेवन गर्नाले लाभ गर्दछ।

ज्वानोको अर्को विशेषता के छ भने यसले रक्सी खान छुटाउनमा धेरै सहयोग गर्दछ। जब रक्सि खान इच्छा हुन्छ, त्यसबखत ज्वानो चबाउनु।

धनियाँ

संस्कृत - धान्यक, धानक, धान्य, धाना, धानेयक, कुनटी, धेनुका, छत्रा यी सबै धनियाँका पर्यायवाची शब्द हुन्। हिन्दी - धनियाँ, बं. - धने, कोथिबीर, गु० कोटमल्ली, फा०-कश्नीज, अंग्रजीमा-कोरिअण्डर फ्रुट।

धनियाँ - पिशाव ज्यादा लगाउने, दीपक, पाचक, दाहशामक र तिर्खा मेटाउने यी यसका गुण हुन। ज्वरादिमा धनियाँको दानालाई पानीमा पकाई ठण्डा बनाएर मह या मिश्री मिलाएर पिउने गर्नाले ज्वरादिको दाह शान्त हुन्छ। धनियाँ पकाएको चीसो पानीले आँखा धुने गर्नाले आँखाको तेज बढ्दछ। काँचो धनियाँ पिसेर शिरमा लगाउनाले टाउको दुखेको आराम गर्दछ : दिमागलाई शान्त बनाउनमा मद्दत गर्दछ। पुरानो घाउ, पिलो सुनिएको आदिमा धनियाँ पिसी जौको पिठोमा मिलाएर लगाउने गर्नाले आराम गर्दछ। मात्राभन्दा अधिक खाने गरेमा पुरुषको कामशक्ति नष्ट हुन्छ, स्त्रीले

खाने गरेको भए मासिक श्राव रोक्न सक्छ । दालचिनी या यह खाए उक्त विकृतिबाट बच्न सकिन्छ ।

सौँप

हि. सौंफ, ब० - मौरी, पानमौरी, क०-बडी सोपु, सब्बसिगे, तामिलसोहिकिरे, शोम्बु, अरबी - एजियानज, असलुल, राजियाज, अं० - फेन्नेल फ्रुट इत्यादि ।

सौंप - सुगन्धी, दीपक, पाचक, दाहप्रशमन आदि यसका गुण हुन् । यसलाई पिसेर पानीकासाथ सेवन गरे पिशाव पोल्ने रोगबाट छुटकारा पाउन सकिन्छ । अर्थात् पिशावको जलन शान्त भै पिशाव खुलाउँछ । सुखा खाँसीमा चबाउनाले मात्र पनि केही विसेक हुन थालिहाल्छ । सौंफलाई पिसेर (छानेर) बिहान उठ्ने बित्तिकै पानीसँग मिश्री पनि मिलाई पिउनाले दिशा पिशाव खुलाउनुका साथै दिमाग तरो-ताजा राख्दछ । शीर दुख्ने रोगमा पनि लाभ गर्दछ । सुत्केरी स्त्रीलाई अन्य औषधीहरूका साथ यो (सौंप) पनि मिलाई खुवाउनाले गर्भाशय शुद्ध हुनुका साथै शरीरमा तागत दिनमा लाभ गर्दछ ।

मेथी

हि० - मेथी, पं०, बं०, म०, गु०-मेथी, ता०- मेंटुलु, मेंति, फा० - तुख्मशमलीत, अ० - बजुरुलहुल्बा, वजुरुलहल्बह, हुलबह, अं०-फेनुग्रीक, सं०- मेथिका, मेथिनी, मेथी, दीपनी, बहुपत्रिका, बोधिनी, बहुबीजा, जेयति, गन्ध फला, वल्लरी, चन्द्रिका, मन्था, मिश्रपुष्पा, कैरवी, कुञ्चिका, बहुपर्णी आदि यसका पर्यायवाची नाम हुन् ।

मेथी – वायु शमन गर्नेवाला, कफ निकाल्ने, ज्वरो नाश गर्ने, सुगन्धि, पाचक, बलवर्धक, वीर्यवर्धक, योनी सङ्कोचक, दूध बढाउने र मधुमेह नाश गर्नमा यसको विशेष गुण छ। मेथीको बीजको लड्डु बनाएर प्रसुताले खाने गरेमा धेरै किसिमका रोगहरू नाश गर्दछन्। साथै दिशा पिशाव खुलाउँछ। अजीर्ण, मन्दाग्नी, कामशक्तिको कमजोरी आदिमा पनि यसले उत्तिकै लाभ गर्दछ। छाला कमलो र राम्रो बनाउन, कपाल झर्ने रोग, शरीरको कुनै भाग दुखेमा, श्वेतप्रदर आदिमा पनि अनुपान मिलाएर प्रयोग गरेमा निकै लाभ गर्दछ।

जेठिमधु

सं० – यष्टिमधु, क्लीतनक, हि०-मुलहठी, मुलेठी, मीठिलकडी, जेठिमध, ब० – यष्टिमधु, म०-जेष्टिमध, गु०-जेठीमध, ते०-यष्टिमधुकम्, ता०-अतिमधुरं, अ० – असलुसूस, अं०-लिकोरिस रूट इत्यादि।

जेठिमधुमा निम्न गुण भएको पाइन्छ – आँखाको लागि हितकर, बल, वीर्य बढाउने, शरीर सुन्दर बनाउनमा प्रयोग गरिने, कपालको (शिरको) लागि हितकर, स्वर बसेको, घाँटी खस्खसाउने, कुनै कारणवश सानो (मसिनो) स्वर हुने, वात, कफ आदि हटाउने, वमन, तीर्खा र क्षयरोग नाश गर्नमा यो औषधी लाभदायक छ। पिशाब पोल्ने रोगहुनेहरूका लागि जेठिमधु खूब मसिनो गरी पिसी कपडछान गरी पानीमा भिजाउनु, बिहान उठ्नेबित्तिकै सनत्र पिउने गर्नाले अति नै लाभ गर्दछ। घाँटी बसेको, आवाज स्याउ स्याउ हुने वालाहरूले प्रतिदिन जेठीमधु चुसीरहने गर्नाले धेरै लाभ गर्दछ। यस अतिरिक्त अन्य रोगहरूमा पनि अनुपान मिलाएर सेवन गर्नु।

बेसार

हि० - हल्दी, हरदी, हलदी, बं०-हलुद, म०-हलद, गु०-हलदर, ता०मंजाल, फा० - जर्दबोब, अं०-टर्मेरिक, सं० - हरिद्रा, काञ्चनी, पीता, वरवर्णिनी, कृमिघ्नी, हल्दी, योषित्प्रीया र हट्टविलासिनी । इत्यादि ।

बेसार - उष्णवीर्य, कफ पित्त नाशक, प्रमेह, रक्तविकार, सुगन्धित, उत्तेजक, रक्तशोधक, वातहरण तथा विषघ्नका निमित्त उपयोगी छ । शरीरलाई सुन्दर बनाउन, घाउ आदिमा समेत उपयोगी छ । प्रमेहमा अमलाको रस, बेसार र महका साथ सेवन गर्नाले लाभ गर्दछ । श्वास, कासमा पनि अनुपान मिलाएर सेवन गर्नाले ठूलो लाभ गर्दछ । कुनै चोटपटक लागेमा काँचो बेसार पिसेर लगाउनाले ठिक गर्दछ । बेसार र तेल मिलाई शरीरमा घस्‍ गर्नाले शरीर चमकदार र कमलो बन्दछ । कसै कसैले काँचो वेस.र पोली थिचेर चटनी पनि बनाउने गर्छन् ।

लसुन

हि०-लहसुन, लसुन, बं०-रसुन, म०-लसूण, गु०लसण, अं० - गालिक, सं० - लसुन, रसोन, उग्रगन्धा, महौषध, अरिष्ट, ल्मेच्छकन्द, यवनेष्ट र रसोनक ।

लसुनको वर्णन यत्र तत्र भएको पाइन्छ । लसुनले धातु, वीर्य बढाउँदछ । पाचक, घाँटीलाई हित गर्ने, भाँचिएको हड्डी जोड्न सक्ने, पित्त र रगत बढाउने, शरीरको वर्ण सुन्दर गराउन सक्ने, हृदयरोग, जीर्णज्वर, अरुची, काँस, कुष्ठनाशक, कीरा, वायु, श्वास (दम), कफ नाशक छ । नित्य सेवन गर्ने गरेमा टी. वी. (क्षयरोग) रोग पनि नाश गर्ने भनिएको छ । वीर्य स्तम्भक यद्वा छिटो वीर्य स्खलन

हुनेवालाहरूले ४/५ ग्राम लसुनको रसमा मह मिलाई सेवन गर्ने गर्नाले चमत्कार देखाइदिने छ। यी अतिरिक्त यसका अन्य थुप्रै गुणहरू छन्। परन्तु धार्मिक ग्रन्थमा ब्राह्मणहरूका लागि (लहसुन, प्याज, च्याउ, छ्यापी गाजर आदि खानको लागि) राजसी एवं तामसी भएकोले अभक्ष्य बताइएको छ।

प्याज

हि० - पियाज, प्याज, बं० - पेयाज, पं० - गण्डा, ता० - वेंगयम, फा० - प्याज, ले० - एलियम, सिपा, अं० - ओनियन्, सं० - पलाण्डु, यवनेष्ट, दुर्गन्ध, पियाज। इत्यादि

प्याज - उत्तेजक, वीर्यवर्धक, बलवर्धक, कफ निकालनेवाला, मूत्रल (पिशाब ल्याउने), अग्नि बढाउने, वातादि रोग शामक मानिएको छ। यसको सेवनले कफ निकाली दूषित पित्त नाश गर्दछ। बच्चा एव बृद्धहरूको कफ बिग्रेमा-आउन नसेकोमा प्याजको रस र मह मिलाई खानु। वाजिकरणको लागि पनि यो उत्तिकै महौषध मानिएको छ। गिंजा सुत्रिएको हुँदा नुनका साथ दल्नु। कान दुखेमा प्याजको रस मनतातो तताई (छानी) कानमा हाल्ने गर्नाले निको हुन्छ। आँखाको जालोमा प्याजको रस र मह मिलाई प्रयोग गर्नु।

भाङ

हि० - भाँग, भंग, बं० - सिद्धि, म० पं० - भांग, सं०-भङ्गा, गञ्जा, मातुलानी, मादिनी, विजया र जया।

भाङ र गाँजामा प्राय: एकैकै गुण हुन्छ, तर गाँजाको अपेक्षा भाङमा अझ केही विशेषता पाइन्छ। भाङले कफ हटाउँछ, पाचक,

पित्त बढाउने, उत्तेजक एवं निद्राकारक, शान्तिकारक, क्षुधावर्धक, योनीसंकोचक, मूत्रल (पिशाव खुलाउने, लगाउने) बल वीर्यवर्धक, बाजिकर छ। ठीक मात्रामा सेवन गरे धेरै धेरै लाभ गर्दछ। कुनै पनि काममा एकाग्रता ल्याउँछ, चित्तमा शान्ति बनाउँदछ, समयको त्यति ख्याल रहँदैन। मानौं समय बडा आनन्दले बितिरहेको जस्तो पारिदिन्छ। मीठो निंद लगाउँछ। थकाई भन्ने थाहा पाउन सकिंदैन। यसको चूर्ण बनाएर पानीमा पिसी योनीमा लगाउनाले योनी साँधुरो पार्दछ। अस्वगन्धा शतावरी, गोखुर आदिको चूर्णका साथ अलिकता (थोरै) (केराउको दाना जति) भाङ्को चूर्ण पनि मिलाई मिश्री या चिनी मिलाएको दूधसँग खाने गरेमा संभोगमा अपूर्व आनन्द प्राप्त गराइदिन्छ। (यो औषधी खाइ संभोग गर्नु छ भने औषधी खाएको ३०/३५ मिनेट पछि मात्र संभोग गर्नु,), संसारका अरू कुनै पनि चीजहरू फिक्का लागेको जस्तो गराउँदछ। तर मात्राभन्दा अधिक सेवन गरे वमन, हृदयमा कम्पन, शीरदर्द, स्मरण शक्ति नाश, कुनै प्रकारको डर र बकबक् आदि बोल्ने गराउँछ।

अश्वगन्ध

हि० - असगन्ध, अश्वगन्धा, नागोरी, बं० - अश्वगन्धा, असकन्द, गु० - आसन्ध, अं० - विंटरचेरी, सं० अश्वगन्धा, वाजिगन्धा। इत्यादि।

अश्वगन्धा - तीतो, टर्रो, बलवर्धक र अत्यन्त वीर्यवर्धक, रसायन, वात, पित्त, कफनाशक तथा क्षयरोगनाशक मानिएको छ। यसको चूर्ण बच्चाहरूका लागि पनि पौष्टिक तत्त्वको रूपमा दिन सकिन्छ। स्त्रीहरूले सेवन गरेमा कट्टी दुख्ने, श्वेतप्रदर आदि रोग हटाउँछ। युवकहरूका लागि त महौषधि नै हो। वीर्य न हुनु वा पातलो हुनु आदि रोग निर्मूल पार्दछ। साथै सम्भोगमा वीर्य छिटो स्खलित

हुनेहरूले अश्वगन्धको चूर्ण लगातार केही महिनासम्म सेवन गरे जिन्दगीको मजा भरपूर लुट्न (लिन) सक्नेछन् । आफुले औषधी बनाउन झञ्झट लागे आयुर्वेद औषधालयहरूमा *अश्वगन्धा चूर्ण* नामले प्राप्त गर्नसकिन्छ ।

यसको वर्णन यस कागजको पन्नामा लेख्न अपूर्ण नै हुनेछ, जति मजा औषधीको सेवनबाट संभोगको पूर्ण आनन्द प्राप्त गरियोस् ।

यद्यपि - शि. भा. को मात्र २ श्लोक उदाहरणार्थ प्रस्तुत गरिन्छ–

मोतीभस्म बराबरी हित हुने यो अश्वगन्धादि हो
थोरै खर्च गरेर मोज मिलने भन्छू म हे भाइ हो ।
धातू पुष्ट हुनेछ बाजिकरणै हो एही हे सज्जन !
एति औषधि खाइ हेरि अइना आई मलाई भन ॥
धेरै स्त्रीसित भोग भैकन पनी इच्छा हुने हुन्छ यो
स्त्रीको संगम छाडि औषधि लिए बूढो जवानी भयो ।
चाऊरी पनि पार्दईन, रउँ ता फुल्दैन कत्ती त यो
जीउ पुष्ट हुने बहूत बढिया श्रीशार्ङ्गधर्मा छ यो ॥

इन्द्रेणी

हि० - इनारुन, इन्द्रायण, इन्द्रायन, बं०- राखालशा, म०- इन्द्रावण, कडुवृन्दावन, कडुइन्द्रायण, गु० - इन्दरवरणा, इनद्रावणा, ता०-पेयक्कूमुट्टी, पेटिकारी, फा०-खुरबुज एतल्ख, अं०-कालोसिंथ, सं०-ऐन्द्री, इन्द्रवारुणी, चित्रा, गवाक्षी, गवादनी, वारुणी इत्यादि । भावप्रकाशमा इन्द्रेनीलाई २ किसिमको बताइएको छ- सानो इन्द्रेणी र ठूलो इन्द्रेणी । जे होस् गुण-उपयोगको दृष्टिले करीब करीब समान छ ।

इन्द्रेणी - स्वादमा तीतो, उष्णवीर्य, कफ, पित्त, प्लीहा, उदररोग,

श्वास, कास, कुष्ट, घाउ, प्रमेह, मूढगर्भ (पेटभित्रै बच्चा मरेको), गाँडरोग र विषनाशक मानिएको छ । साथै कब्जियत भएकोमा १–२ रत्ति सेवन गर्नाले ३/४ घण्टामा नै पानी जस्तो दिशा निकालिदिन्छ । यसले पिशाव पनि खुलाउँदछ, तर यसको लागि प्रयोग गर्ने गरेको थाहा पाइएको छैन । गर्भपात गराउनमा पनि प्रयोग हुन्छ, तर यसमा विषैलाभाग ०.६.१ ग्राम र घातक मात्रा ४ ग्राम जति हुन्छ भनेर वनस्पति विशेषज्ञहरूको भनाइ छ र कुनै एक स्त्रीले गर्भपतन गराउनका लागि ६० रत्तिको मात्रा गरी सेवन गरी, परन्तु गर्भको बच्चा निक्लनु भन्दा ३/४ घण्टा पहिले नै भित्रै उसको मृत्यु भयो भनेर भावप्रकाश निघण्टुकारले उल्लेख गरेका छन् । इन्द्रेणी थुनिलो भएकोमा पनि प्रयोग गरिन्छ । इन्द्रेणीको जरो घोटेर थुनिलोमा लगाउनाले कुनै पनिको थुनिलो आराम हुन्छ ।

अपामार्ग

हि० - चिरचिरा, लटजीरा, चिचिरी, चिचडा, म०-आ० घाडा, बं०-आपांग, गु०-अधेडो, क०-उत्तरणी, ते०-अपामार्गमु, ता०-नायुरुचि, अं० - दीप्रिल्की चफ फलावर, सं० - अपामार्ग, शिखरी, अधः शल्यः, मयूरक, मर्कटी, दुर्ग्रहा, किणिही, खरमञ्जरी इत्यादि ।

अपामार्ग - उष्ण, तीक्ष्ण, कटु, दीपन, पाचक, पित्तविरेचक, वमनकारक, कफ, विष, कीटाणुनाशक, अम्लतानाशक र मूत्र विरेचक (खुलाउने) मानिएको छ । साथै शूल, जलोदर, अपच, छालाको विकार, कुष्ठ एवं सर्पको विषनाशक पनि छ । अपच, आमाशयको खरावी यद्वा पीडादिमा भोजन गर्नुभन्दा पहिले प्रयोग गर्नु । मूत्रेन्द्रिय विकार एवं जलोदरमा मुलेठी जेठिमधु र गोखरुका साथ प्रयोग गर्नु । पुरानो खोकी (कफ न निक्लनेमा पिपला, घिउ या महसँग प्रयोग गरेमा कफ पातलो भएर निक्लन्छ) ।

सर्पले, बिच्छि, मूषो या बौलाहा कुकूरले टोकेकोमा अपामार्गको मूल, पञ्चाङ्ग या बीजलाई पिसी पिसी टोकेको ठाउँमा लेप गरिदिने र अलिकता खुवाउने (खाने) पनि गर्नु । आँखाको फूलोमा यसको जरो धोई पखाली पिसी छानी महसँग मिलाई आँखामा लगाउनु । दाँत दुखेमा, गींजा सुन्निएकोमा दतिवन गर्ने गर्नु, अपामार्ग पकाई सो पानीले कुल्ला गर्नु । कान दुखेमा, बहिरोपनमा अपामार्ग पिसी छानी मनतातो गरी पकाई कानमा राख्नु । रक्तश्रावमा पनि उपरोक्त तरिकाले खान दिनु । अपमार्गको बीज (भित्रको चामल) दुधमा खीर पकाई पेटभर खानाले २०/२२ दिनसम्म भोकै लाग्दैन रे ! ।

तालमखाना

हि० - तालमखाना, बं०-कुलियाखारा, कुलेखाडा, गु० - एखरो, म० - तालीखाना, ता० - निरमुल्ली, सं०-कोकिलाक्ष, कोकेक्षु, इक्षुर, क्षुरक, क्षुर, भिक्षु, काण्डेक्षु, इक्षुगन्धा र इक्षुबालिका - इत्यादि ॥

तालमखाना - शीतल, मधुर, शुक्रशोधन, वात, आम, अश्मरी (पथरी), तृषा, दृष्टि रोग र वातरक्तको नाशक मानिएको छ साथै बल, वीर्य बढाउने र पिशाब खुलाउने समेत शक्तिको रूपमा लिइन्छ । यसको उपयोग जलोदर, मूत्रकृच्छ, कामला र जननेन्द्रिय विकारको लागि पनि प्रयोग गरिन्छ ।

माथिका प्राय: सबै रोगमा अनुपान भेदले प्रयोग गर्नु, कास (खोकी)मा यसको पात प्रयोग गरिन्छ । सन्धि (जोर्नी आदि) दुखेमा पात पिसी लेप गर्नु । वाजिकरणको लागि कौंच र मिश्री समेत मिलाई धारोष्ण दूधमा बिहान बेलुकी नित्य सेवन गर्नु ।

घ्यूकुमारी

हि० -घीकुआँर, ग्वारपाठा, घीग्वार, क्वारपाठी, बं०-घृतकुमारी,

गु० कुँवार, ता० - कत्तालै, अ०-तसन्चार अलसी सं० - कुमारी, गृहकन्या, कन्या, घृतकुमारी इत्यादि

गुण - दिशा खलाँस गराउन, शीतल, तीतो, आँखाको लागि हितकर, रसायन, बलवीर्यवर्धक, वात्त पित्तवर्द्धक, आगाले पोलेको, गर्मीले पिशाव पोल्ने, टाउको दुःखेको आदिमा प्रयोग गरिन्छ। पिशाव पोलेको र दिशा कब्जियत हुने गरेको छ भने बिहान उठ्ने बित्तिकै घ्यूकुमारीको पातको बोक्रा फाली मिश्री र दही समेत मिलाएर सेवन गर्नाले फाइदा गर्दछ। दही, मिश्री न मिलेमा त्यत्तिकै क्यै न राखीकन पनि प्रयोग गरे हुन्छ। मात्राभन्दा अधिक सेवन गर्नाले वमन गराउने र अमिलचुकी गराउँछ। पोलेमा गुदी लगाउनु राम्रोगर्छ शीतल गर्छ।

शङ्खपुष्पी

हि० - शङ्खाहुली, शङ्खपुष्पी, सं०-शङ्खपुष्पी, शङ्खाहा, मङ्गल्य कुसुमा, इत्यादि।

शङ्खपुष्पी - बुद्धि दिनेवाला, बल, वीर्यवर्धक, मानसरोग-उन्माद, अनिद्रा, भ्रम एवं विषमनाशक प्रयोग गरिन्छ, यसको जरोको रस कब्जियत तथा विष नाशको लागि दिइन्छ, मूत्रकृच्छ, शुक्रदौबर्ल्य गर्भाशयदौबर्ल्य, रक्तश्राव आदिमा पनि यसको पातको स्वरस दिने गर्दछन्, पागलपनमा विशेष लाभदायक छ। यसको सुकेको पातको धुम्रपानले पुरानो खोकी तथा दममा पानि प्रयोग गरे राम्रो गर्दछ।

बजारमा यो औषधीको शंखपुष्पी (सिरफ) को नामले बिक्री हुन्छ।

मौलसिरी

हि० - मौलसिरी, ब० - बकुल, म० - बकुल, औबली, सं० - शिवमल्ली, पाशुपत, एकाष्ठील, वक आदि।

वात, कफ, पित्त, विष, योनिशूल, तृषा, दाह, कुष्ठ, रक्तविकारादि नाशक छ, सुकेको फूलको नश लिनाले शीरशूल नाश हुन्छ, यसको बोक्रा सेवनले वाजिकरण र दतिवन गर्नाले दाँत बलियो (मजबूत) हुन्छी

डुम्री

हि० - गुलर, गुल्लर, बं. - यज्ञ डुमुर, म० - उम्बर, गु० - उम्बरो, ऊमरहो, क० - अतिभर, सं० - उदुम्बर, जन्तुफल, यज्ञाङ्ग, र हेमदुग्धक इत्यादि ।

गुण - कफ, पित्त तथा रक्तविकार नाश गर्नेवाला, मधुर, शरीर-लाई राम्रो गराउन सक्ने, शीतल घाउको मासु भर्नेवाला तथा पौष्टिकदायक छ । यसको बोक्रामा वीर्य स्तंभन गर्ने क्षमता छ, पाकेको फल शीतल तथा स्तम्भक, रगत बनाउनेवाला शक्ति हुन्छ । सबै किसिमका रक्तपित्त, रक्तप्रदर, अत्यार्तव, आसन्न गर्भपात, रक्तप्रमेह आदिमा यसको फल तथा बोक्राको प्रयोग गरिन्छ ।

मधुमेहमा यसको फल या जराको रसदिनाले (सेवन गर्नाले) लाभ गर्दछ । आउँमा पनि जराको रस प्रयोग गरिन्छ । पौष्टिक तथा वाजिकरका लागि यसको फल र मिश्री बिहान बेलुकी दूध या तातो पानीसँग सेवन गर्नु ।

शिरीष

हि० - सिरस, सिरिस, बं० - शिरीषगाछ, म०-शिरस, चिचोला, गु०-सरसडो, काकीयो सरस, क०-वागेमर, सं० - शिरीष, मण्डिल, भण्डी, भण्डीर, कपीतन, शुक्रपुष्प, शुकतरु, मृदुपुष्प र शुकप्रीय - इत्यादि ।

गुण–मधुर, तिक्त, कषाय रसयुक्त, केही गरम स्वभाव, खोकी, घाउ र विषनाशक हुन्छ ।साथै वात, पित्त, कफनाशक, परम पौष्टिक, एवं बाजिकर मानिएको छ । शुक्रस्तम्भनको लागि फूलको प्रयोग गर्नु । वीर्य गाढा बनाउनको लागि वीज, मिश्री र दूधको सेवन गर्नु । बोक्राको चूर्ण र घिउको सेवन शरीर पुष्टि हुन्छ । बोक्रालाई थिच्थाच् पासी पानीमा पकाई सो पानीले कुल्ला गर्नाले दाँत बलियो हुन्छ । गण्डमाला (गाँड)मा यसको विउ पिसेर लगाउने र केही खाने गर्नाले लाभ गर्दछ ।राती आँखा न देख्ने (रतोंधो) रोगमा यसको पात पानीमा पकाई केही सेवन गर्ने र केही आँखा धुने गर्नु ।

रीठा

हि० – रीठा, बं० – रीठेगाछ, म० – रीठा, गु० – अरीठा, ते० – कुंकुडु, अं० – सोपनट ट्री आफ नार्थ इन्डिया, सं० – अरिष्टक, मङ्गल्य, कृष्णवर्ण, अर्थसाधन, रक्तबीज, पीतफेन, फेनिल, र गर्भपातन इत्यादि

गुण – त्रिदोष, ग्रहबाधा हटाउने, विषघ्न, कफनाशक, वमन (उल्टी) गराउने, एवं वातरोगनाशक मानिएको छ । ज्यादा प्रयोग गर्नाले दिशा पातलो गराउने र वमन पनि छिटो गराउँदछ, कुनै कुनै रोगहरूमा वमन गराउनु पर्‍यो भने या विषसेवन गरेको अवस्थामा यसको प्रयोगले छिटो काम दिन्छ, अरू कुनै विषालु जीवले टोकेमा पनि यसको लेप गर्नाले राम्रो गर्दछ । यसको बीजले गर्भपतन गराउँदछ, अतः गर्भवती स्त्रीहरूले यसको प्रयोग गर्नु हुँदैन ।

पलाँश

हि० – ढाक, पलाश, परास, टेसु, बं० – पलाश गाछ, म० – पलस, गु० – खाखरो, ता० पलासु, अं० – द फरेष्ट फ्लेम, सं०

पलाश, किंशुक, पर्ण, यज्ञिय, रक्तपुष्पक, क्षारश्रेष्ठ, वातपोथ, ब्रह्मवृक्ष तथा समिद्वर।

गुण – टर्रो, कटु तथा तीतो रस, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक, गरम प्रकृति, भाँच्चिएको हड्डी जोड्न सक्ने, वातादि दोष, बवासीर, क्रिमी आदि नाशक मानिएको छ। कब्जियतमा बोक्रा सहितको बीज सेवन गर्नाले दिशा पातलो गराउँछ, पिशाव रोकिएमा फूलको पहेंलो भाग पिसी पियाइदिनाले लाभ गर्दछ, यसको फूलको भस्म बनाई स्त्रीहरूले सेवन गरेमा परिवार नियोजन हुन्छ। अरू पनि यसका धेरै लाभ छन्।

सिमल

हि० – सेमर, सेमल, बं० – शिमुल गाछ, रक्ती सिमुल, म० – काँटे सांवर, गु० – सेमलो, सिमुली, ता० – शालवधु, मा० – शेमल, सरमलो, अं० – सिल्क काटन ट्री, सं० – शाल्मलि, मोचा, पिच्छिला, पूरर्णा, रक्तपुष्पा, स्थिरायु, कण्टकाढ्या र तुलिनी इत्यादि

गुण – सिमल, मुसली – पुरुषहरूका लागि अति नै महत्त्वपूर्ण छ, यसमा – पौष्टिक, वीर्यवर्धक, झट्टै बुढापा आउन न दिने (वयः स्थापक) तत्त्व एवं उत्तेजक छ,। यसको १ तोला चूर्ण, १ तोला मिश्री, १० तोला जल या दूधसँग सेवन गर्नाले अपूर्व वाजिकरण छ। स्त्री-लम्पटिहरूले यसको नित्य सेवन गर्नु लाभदायक छ। कोमलफल पिशाव लगाउँछ तथा मूत्रकृच्छमा लाभदायक छ। जोर्नीहरू सुनिए दुःखेमा पात पिसेर लाउनु। डण्डीफोर आदिमा यसको काँढा पिसेर लगाउनाले लाभ गर्दछ।

छतिवन

हि० छतिवन, सतौना, सतिवन, सतवन, बं० – छातिम, म० – सातवीण, गु० – सातवण, क० – हाले, ते० – एडाकुलरी, ता० –

एलिलैप्पालै, सं० – सप्तपर्ण, विशालत्वक, शारदा, विषमच्छद इत्यादि ।

गुण – यसको बोक्रा तितो, पौष्टिक, टर्रो, स्तम्भक, कृमी नाशक, दीपन एवं कुष्ठनाशक छ । यसको प्रयोग ज्वर, विषमज्वर, अतिसार, प्रवाहिका एवं चर्मरोगमा पनि प्रयोग गरिन्छ । कुनै कुनै स्त्रीहरूले यसको बोक्रा पिसी छानी सेवन गरेर २–३ महिनाको गर्भ गिराउनमा पनि प्रयोग गर्दछन् ।

केरा

हि० – केला, कदली, केरा, बं० – कोला, कला, केला, म० – केल, गु० – केला, ते० – अरटि, ता० – वालै, फा० – मोज, मोझ, अं०–प्लनटेन, बनाना, सं०– कदली वारणा, मोचा, अम्बुसारा तथा अंशुमतिफला आदि ।

गुण– पाकेको केरा बलबर्धक, रक्तपित्तशामक, संग्राहक छ, यसले रगत बढाउन मद्दत गर्दछ । मालभोगको पाकेको ३ कोसा केराका साथ मनतातो मिश्री या चिनी मिलाएको दूध नित्य सेवन गर्नाले दुब्लो मानिस मोटो हुन्छ भन्ने भनाइ छ । यसको काँचो फल मधुमेहमा लाभदायक छ । केराको विशेष गुण 'मालभोग' जातको केरामा नै छ ।

नरिवल

हि०–नारियल, नरियल, गरी, गिरी, बं०–नारिकेल, डाब, फा०-जोज, नारगील, अ०- नाजिल्, अं०- काकोनट, सं०- नारिकेल, दृढफल, लाङ्गली, कूर्चशीर्षक, तुङ्ग, स्कन्धफल, तृणराज तथा सदाफल इत्यादि ।

गुण– शीतल, ढिलो पाच्य हुनेवाला, रसरक्तादि वर्धक, बलकारक, वात-पित्त, रक्तविकार तथा दाहनाशक मानिएको छ, नरिवलको जल-स्वादिष्ट, शीतल, हृदयलाई हितकर, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक तथा प्यास एवं पित्तनाशक मानिएको छ।

यसबाट बनाइएको रक्सि दाहनाशक, पिशाब लगाउने, बलवर्धक, निद्राकारक, वाजीकरण हुन्छ। यसको तेल शिर रोगको लागि राम्रो गर्दछ, कैलो कपाल कालो गराउँदछ, दिमाग स्वच्छ बनाउँछ।

तरबूजा

हि०– तरबूज, तरबूजा, बं०–तरमूज, म०– कलिंगड, गु०– तडबूज, फा०– हिन्दबाना, हिन्ददानह, अं०–वाटरमेलन्, सं०– कालिन्द, कृष्णवीज, कालिङ्ग र सुबर्त्तुल इत्यादि।

काँचो तरबुजाको गुण– शीतल, छिटो पाच्य न हुने, पित्त-नाशक, आँखाको ज्योति, शक्ति र वीर्यनाशक हुन्छ भने पाकेको तरबूजामा शीतल, पिशाब लगाउने, बल-वीर्यवर्धक, कफ, वात-नाशक यसमा गुण छन्।

खरबूजा

हि०– खरबूज, खरबूजा, खर्बूजा, चिबुड, बं०– खरमूजा, गु०– तलियाशकरटेटी, तलियाभीमडा, ते०– खरबूज, क०– षडभुजा, फा०– खरपूजह, खरपुजा, अं०– मेलन्, सं०– दशाङ्गुल र खर्बूजा।

गुण– अत्यन्त स्वादिष्ट, मूत्रजनन, बलकारक, दिशा सफा गर्ने, शीतल, वीर्यवर्धक, पित्त एवं वायु नाशक र मूत्रकृच्छमा लाभदायक मानिएको छ। यो सेवन गरेको करीब एक घण्टासम्मन् पानी पिउन हुन्न भन्ने बूढा पुरानाहरूको भनाइ छ।

काँक्रो

हि०- खीरा, वालमखीरा, बं०-क्षीरा, शशा, म०-तौसे, क०-तसेथकायि, गु०-तांसली, फा०- शियार खुर्द, खयार, वावरङ्ग, अं०-क्युकुम्बर. सं०-त्रपुस, कण्टकिफल, सुधावास र सुशीतल इत्यादि ।

काँक्रोको नयाँ फल-स्वादिष्ट, शीतल एवं प्यास, क्लान्ति, दाह तथा पित्तनाशक हुन्छ, साथै रक्तपित्त पनि नाश गर्दछ ।

पाकेको काँक्रोले पित्तकारक, कफ, वातनाशक एवं अमिलो हुन्छ । यसको बीजले मूत्रकारक, पित्त, रक्तविकार तथा मूत्रकृच्छ नाश गर्दछ ।

सुपारी

हि०- सुपारी, सोपारी, सुपाडी, कसेली, बं०-शुपारी, सुपारी, म०- सुपारी, पोफल, गु०- सोपारी, ता०- कमुगु, क०-कड़ि, अडिके, ते०- पोका, फा०- पोफिल, अं०-बेटल् नट् पाम, सं०-घोरण्ट, पूगी, पूग, गुवाक र क्रमुक इत्यादि ।

गुण- शीत, रुक्ष, टर्रो, मुखशुद्धिकर, वीर्यवर्धक एवं किटाणुनाशक मानिएको छ । काँचो (ताजो) सुपारी मादक एवं चक्कर लगाउने हुन्छ र वात नाडीलाई बल प्रदान गर्ने, रज प्रवर्त्तक हुन्छ । यो चबाउनाले उत्तेजना हुन्छ, मन प्रसन्न रहन्छ, यसको उपयोग अतिसार, कृमि तथा मूत्र विकारमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । सुपारी जलाएर यसको धूलो (चूर्ण) मञ्जन गर्नाले दाँत बलिया हुन्छन् । रक्तमिश्रित आउँ मासीमा सुपारी पिसेर दिनाले (सेवन गर्नाले) ठीक गर्दछ । खाना खाएपछि नित्य १ टुक्का सेवन गर्नाले भोजन पाच्य गराउँछ । परन्तु खाली पेट खानाले हानी गर्दछ भन्ने धेरैको भनाइ छ ।

सधैंभर सेवन गर्नाले क्यान्सर हुने संभावना हुन्छ भनेर भावप्रकाशका टीकाकारले व्यक्त गरेका छन् ।

कुचिला

हि०- कुचला, कुचिला, बं०- कुचिला, म०-काजरा, गु०- झेर कोंचला, क०- कंजि, हेमुष्टि, कासर, ते०- मुसिडे, ता०- एट्टेमारं, काकोर्ठी, फा०- कुचूला, फुलूसंमाही, इजराकी, अं०-पाइजन नट ट्री, नक्स-वोमिका टी, सं०- तिन्दुक, जलद, दीर्घपत्रक, कुपील, कुलक, काकतिन्दुक, काकपीलुक, काकेन्दु, विषदिन्दु र मर्कटतिन्दुक इत्यादि ।

गुण– यो कटु, तिक्त, उष्ण, दीपन, पाचन, उत्तेजक, बल-वर्धक एवं वाजिकरण गर्दछ, । साथै कफ, पित्त, वातरोगनाशक, अत्यन्त व्यथा नष्टकारक र हृदयको दुर्बलतामा पनि लाभदायक छ ।

यसको चूर्ण पानीकासाथ सेवन गर्नाले भोक जगाउँछ । बच्चाहरूले ओछ्यानमा पिसाव गरेमा पनि यसको सेवनले ठीक गर्दछ । हस्तमैथुन, अतिमैथुनको नपुंसकतामा पनि यसले केही ठीक गर्दछ, बाजिकरणको लागि कुचला, लौह भस्म एवं मरिच मिलाएर सेवन गर्नु । शीघ्रपतनमा पनि यसले कृत्रिम लाभ गर्दछ ।

चेतावनि-यो विषैला चीज हो, मात्राभन्दा अधिक सेवन गरेमा रोगीको मृत्युतक हुन सक्छ ।यस्तो परिहालेमा कुनै तरहले वमन गराएर अन्य कुनै औषधि पनि दिनु पर्दछ । सम्भव भएसम्म ४० वर्ष-भन्दा कम उमेरकोले यो औषधी प्रयोग न गर्नु बढिया हुनेछ ।

पानीअमला

हि०- पानी आमला, पानी आंवाड, बं०- पानिआमला, म०-

पान आंवला, तांबर । गु०- तालिसपत्र, अं०-पनियाला प्लम्, सं०- प्राचीनामलक तथा पानीयामलक ।

गुण– त्रिदोष तथा ज्वर नाशक, वमननाशक, दन्तशूल तथा गीँजा दुःखेमा, गीँजाबाट रगत आएमा यसको पात र फल पिसेर छान्नु र सो पानीले कुल्ला गर्नाले आराम गर्दछ । यो माटोभित्र फल्दछ, यो फल खानाले तिर्षा मेटाउँछ, भोक अलार जगाउँछ पनि ।

अनार

हि०- अनार, दाडिम, बं०-दाडिम, डालिम गाछ, म०- डालिम्ब, गु०- दाडम, कु०- दालिम्ब, ते०- दालिम्बकाया, ता०- मादलै, मडलै, मडलम, अं०- पोमेग्रेनेट्, सं०- दाडिम, करक, दन्तबीज र लोहितपुष्पक आदि ।

गुण– अग्निदीपक, रुचिजनक, छिटो पाच्य हुने, केही पित्तकारक, मीठो, रक्तशोधक र शीतल हुन्छ । यसको बोक्राले कीटाणुनाश गर्दछ । यसको बोक्रा पिसेर पानीमा पकाएर सेवन गर्नाले अतिसार र संग्रहणीमा पनि लाभ गर्दछ । स्त्रीको स्तन लत्रेमा यसको बोक्रा खूब मैदा गरी पिसेर स्तनमा लगाउनाले स्तन सुन्दर तथा साहारो हुन्छ भन्ने ग्रन्थान्तरमा उल्लिखित छ ।

बदम

हि०- बादाम, बदाम, बं० बादाम, म०- बदाम, गु०- बदाम, ते०- बदाम, ता०- बडुमै, फा०- बदाम, अं०- आलमण्ड (Almond), सं०- वाताद, वातवैरी, नेत्रोपमफल इत्यादि ।

गुण– मधुर, वीर्यवर्धक, कफ पित्तकारक, छिटो पाच्य न हुने, वलवर्धक, वातनाशक एवं उत्तेजक मानिएको छ । बदाम रातभर

पानीमा भिजाएर भोलिपल्ट केहीबेर पकाएर सेवन गर्नाले श्वास एवं मूत्रसम्बन्धी रोगमा लाभ गर्दछ, साथै मधुमेह र स्त्रीहरूको कट्टि दुख्ने, श्वेतप्रदरमा पनि लाभदायक हुन्छ ।

कागती

हि०- नींबू, कागजी निंबु, बं०- कागदी लेंबु, पति लेंबु, म०- लिंबु, गु० लींबु, कागदी लीम्बु, ता०- एलिमिच्चै, क०-लिम्बे, ते०- निम्म पंडु, अं०- लाइम् (Lime), लेमन, सं०- निम्बू, निम्बुक, निम्बूक इत्यादि ।

गुण– अमिलो, अग्निदीपक, पाचक, छिटो हजम हुने, वात-नाशक, कीटाणुनाशक, उदरपीडा, ग्रह बाधा नाश गर्ने, वात, पित्त, कफ र शूल रोगनाशक, अजीर्णमा लाभदायक छ । रक्तपित्त, ज्वर, अतिसार, वमन र पित्तको विकृतिमा रस दिइन्छ । यसका अरू पनि धेरै धेरै लाभ छन् । समयाभावले सबै योग- औषधी विवरण दिन सकिएन । परन्तु जाने बुझेकाले यसको अनेक उपयोगमा ल्याउँदै गरिआएका नै छन् ।

अमिली

हि०- इमली, बं०- तेंतुल, म०- चिञ्च, क०-हुणिसे, गु०- आंवली, ते०- चिंत, ता०- पुलि, फा०- तिमिर हिन्दी, अं०- टेमरिंड ट्री, सं०- अम्लिका, चुक्रिका, अम्ली, चुक्रा, दन्तशठा, अम्ला, चिञ्चिका, चिञ्चा, तिन्तिडीका र तिन्तिडी इत्यादि ।

इमली (अमिली) को रुख प्रायः सर्वत्र नै पाइन्छ र यसको रुख ठूलो हुन्छ ।

गुण– तिर्खानाशक, रोचक, सौम्य, विरेचक हुन्छ । ज्वर एवं

दाहमा अनुपान भेदले दिनाले ठीक गर्दछ । मन्दाग्नीमा यसको सुकेको फलको बोक्रा या फल डढाई भस्म पारी दिइन्छ । सुजाकमा यस्तै प्रकारले प्रयोग गर्न सकिन्छ । घाउमा यसको पात पिसेर लाउनु । प्रमेहमा पनि यसले ठीक गर्दछ । वीर्यस्तम्भनको लागि यसको निकै ठूलो योगदान रहेको पाइन्छ, यसको बीजलाई भिजाउनु, ३-४ दिन पछि झिकेर बोक्रा फ्याँकी पिसी गुड मिलाएर संभोग गर्नुभन्दा १ डेड घन्टा पहिले सेवन गर्नु । अती नै राम्रो गर्दछ ।

लौह भस्म

लौहलाई संशोधन भस्म गरेर प्रयोगमा ल्याउन झञ्झट होला, परन्तु जहिले पनि संशोधन गरेर मात्र यसको सेवन गर्नुपर्दछ । आयुर्वेद औषधालयहरूमा यसको संशोधित भस्म उपलब्ध हुन्छ--जसमा लौह भस्म-साधारण, शतपुटी, सहस्त्रपुटि र कान्तलौह नामले कहिन्छन् ।

गुण- तिक्त, मधुर, कषाययुक्त, सारक, शीतल, उष्ण, गुरु, रक्ष, आयु स्थिर राख्ने, आँखाको लागि हितकर, कफ, पित्त, शूलशोथ, अर्श, प्लीहा, पिलिया, प्रमेह, कीटाणु तथा कुष्ठ नाश गर्दछ । साथै बल, वीर्य बढाई बाजिकरण समेत गर्दछ । यसको जति वर्णन छ; अझ त्यो भन्दा ज्यादा संशोधन न गरिएको लौह भस्मले हानि गर्दछ । लोह भस्म सेवन गर्ने व्यक्तिले कुभिण्डो, तिलको तेल, मासको दाल, मदिरा, अमिलो हुने कुनै पनि पदार्थ सेवन गर्नुहुँदैन, अन्य समयको अपेक्षा जाडाका समयमा सेवन विशेष लाभदायक छ ।

वर्णनमा आएका अन्य कैयौं भस्महरू छन्, ती सब नाम उल्लेख गर्न मात्र पनि समय लाग्ने हुनाले केही संक्षिप्त जानकारी मात्र दिने छौं ।

स्वर्ण भस्म, स्वर्ण माक्षिक भस्म, ताम्र भस्म, काँस्य भस्म, हिंगुल अभ्रक, मैनसिल, हरिताल, इत्यादि अनेक भस्म-नाम छन् यिनका वर्णन हामी अर्को भागमा उल्लेख गर्ने छौं। यसमध्ये काँचो सिन्दूर, अन्य रोगमा अलावा हड्डि टुटे फुटेमा र रोगी मर्म परी लोटेको छ भने काँचो सिम्रिक रोगीलाई दिन्छन्।

अर्को धातु छ- पारद, संस्कृतमा यसलाई पारद, रसधातु, रसेन्द्र, महारस, चपल, शिववीर्य, रस, सूत आदि र शिवजीका नामवाचक सबै शब्दहरू जस्तै-शिव, रुद्र, हर, धूर्जटि आदि भनिन्छ।

गुण– मधुर, अम्ल, लवट, कटु, कषाय, तिक्त आदि षडरसले युक्त, त्रिदोषनाशक, महारसायन, योगवाही, अन्त्यन्त वीर्यवर्धक, आँखाको ज्योतिलाई शक्ति दिने, कुष्ठ र सम्पूर्ण रोगहरू नाश गर्ने यसका गुण रहेका छन्।

संशोधन न गरेको पारद (पारा) ले ठूलो हानि पुऱ्याउँछ। संशोधन न गरेको पारद काममा ल्याउनु नै हुँदैन। पारद बडो अचम्मको हुन्छ, एउटा उपमा दिँदा कर्कलाको पानी सरह हुन्छ भने पनि केही अत्युक्ति नहोला, वचनदार हुन्छ, अन्य औषधीका साथ प्रयोग गरेमा लिङ्गवर्धक छ।

फिटकिरी

हि० फटकिरी, फिटकिरी, सं०- स्फटी, स्फटिका, श्वेता, शुभ्रा, रङ्गदा, दृढरङ्गा, रङ्गदृढा, रङ्गाङ्गा, इत्यादि।

गुण– कषाय रसयुक्त, उष्ण, योनीमार्ग संकोचनकारक, वात, पित्त, कफनाशक, घाउ, श्वेतकुष्ठनाशक र पानी शुद्धि-कारक भनिएको छ।

स्वाग (सुहाग)

स-साना बालकलाई अपथ्य (तुस परेकोभन्दछन्) भएमा कुनै भाँडामा तताएर 'स्वाग' फुराई दुधमा फेटी ख्वाउनाले आराम हुन्छ, अरूलाई पनि फाइदा गर्न सक्छ ।

गन्धक

कटु, तिक्त, कषाय रस युक्त, उष्णवीर्य, पित्तजनक, रसायन, कृमि, कुष्ठ, चिलचिल्याहट, क्षय, प्लीहा, कफ, वातनाशक हुन्छ ।

लुतो आदि खटिरा-पटिरा र कुष्ठ भएमा गन्धक पिसेर लगाउनाले आराम गर्दछ ।

माष

हि० उडद, उडिद, उरद, उरिद, उर्दी, ब०- माष कलाय, म०- उड़ीद, वा०- उलुंडु, गु०- अडद, क०- उडु, ते०- उड्टुलु, फा०- माष, अं०- ब्ल्याक ग्राम् ।

गुण– रुचिकारक, वातनाशक, बलकारक, वीर्यवर्धक, अत्यन्त रस रक्तादि वर्धक, दुग्धवर्धक, मेद, कफ, पित्तवर्धक, छ ।

कुनै हड्डिमा चोट पटक लागेर निद्रा आइरहेको छैन भने यसको जड पिसेर सोको रस दिइन्छ ।

मास, दही, भेन्टा आदिले कफ र पित्त बढाउने गर्दछन् ।

जो पुरुष स्त्रीमा लम्पट छ र उसलाई कमजोरी छ भने मासलाइ पिसी, धूलोलाई घिउमा पकाई पुनः दूधमा पकाउनु, उसमा मिश्री या चीनि पनि हाल्नु, यसरी पकाएर तयार भएपछि निस्ता पेटमा नित्य दुवै टायम १ मुठीका दरले खाएमा गएको शक्ति पुनः आउँछ,

संभोगका समयमा कमजोरी आउन दिँदैन, शरीर हृष्टपुष्ट हुन्छ । यस हलुवाका साथ अरू पनि वीर्यवर्धक औषधी खान्छ भने त संभोग न गरे विना रहनै सक्दैन भनेर अन्य आयुर्वेद ग्रन्थहरूमा समेत उल्लिखित छ ।

तिल

हि०- तिल, तील, तिली, बं०- तिलगाछ, म०- तील, गु०- तल, क०- बेल्लेल्लु, ते०- नुब्बुलु, ता०- एल्लु, फा०- कुंजद, अं०- जिंजेल्ली, सीसेम, सं०- तिल ।

गुण- मधुर, तिक्त, कषाय-टर्रो रसयुक्त, स्वादिष्ट, छिटो पाच्य न हुने, उष्ण, कफ तथा पित्त नाशक, बलकारक, कपालको लागि शीतल एवं लामो र कालो गराउने, दिमाग ठण्डा गराउने, छालाको लागि हित, दूध बढाउने, दाँतसम्बन्धी पीडानाशक, मूत्रकारक, वातनाशक, जठराग्नि तथा बुद्धि बढाउने हुन्छ, सेतो तिलको अपेक्षा कालो तिल अधिक गुणकारी र वीर्यवर्धक एवं वाजिकरण गर्दछ ।

अनार्तवमा तिल भिजाएर सिलौटामा पिसी सेवन गर्नाले, कमर दुःखे, रजस्वलाकाबखत कष्ट हुने र १-२ महिनाको कच्चा गर्भ गिराउन पनि सक्छ, गर्भवती महिलाहरूले सेवन गर्नुहुँदैन ।

कोदो

हि०- कोदो धान, कोदव, कोदो, बं०- कोदो आधान, म०- कोद्र, हरिक, कोद्रु, गु०-कोदरा, क०-हारक, ते०- अरिकेलु, ता०- वरगु, अ०- केद्रु, फा०- कोदिरम, सं०- कोद्रव र कोरदूष इत्यादि ।

गुण- वायुकारक, पित्त तथा कफनाशक छ । जसलाई मधुमेह अर्थात् पिशावबाट मह यद्वा चीनि आउने गर्दछ, उनीहरूले नित्य

चामल (भात) को साटो कोदो पकाएर खांनाले अत्यन्त हित गर्दछ । भन्नाको मतलव मधुमेह हुनेवालाहरूले कोदोको भोजन नै अतीव लाभदायक हुन्छ ।

बथुवा (बेथे)

हि०- बथुवा, बथुया, चिल्लीशाक, बं०- बेतुया, वेतोशाक, म०- चाकवत, चकवत, गु०- टाँको, बथवो, चींलो, ता०- परुपुकिरै, सं०-वास्तूक, वास्तुक, क्षारपत्र र शाकराट् इत्यादि ।

गुण – स्वादिष्ट, अग्निदीपक, पाचक, रुचिकारक, लघु (छिटो पाच्य हुने), शुक्र तथा बल बढाउने, रक्तपित्त, बवासीर, कृमि तथा त्रिदोषनाशक हुन्छ । कतै आगाले पोल्यो भने यसको साग पिसेर लेप गर्नाले दाह शान्त हुन्छ । सर्दी जुकाम (रुखा) लागेको बेलामा न खानु ।

कुभिण्डो

हि०- पेठा, भूरा कुम्हडा, भतुआ, रकसा कोंहडा, बं०- कुमडा, म०- कोहला, गु०- भुरुं कोहलुं, क०- दार कोहोला, ता० पुशनीकै, ते०- गुम्मडि, अं०-द अश गोर्ड, सं०- कूष्माण्ड, पुष्पफल, पीतपुष्प र वृहत्फल आदि ।

गुण – यसको फल मूत्रजनन, पित्तशामक, रक्तपित्त प्रशमन एवं रगतवर्धक मानिएको छ । अझ विशेष गरेर आन्तरिक रक्तश्राव, पागलपन, अपस्मार, मूत्रकृच्छ, तृष्णा एवं प्रमेह रोग नाशको लागि प्रयोग गरिन्छ, राजयक्ष्मा (टी.बी.) मा पनि यसले लाभ गर्दछ, साथै वल, वीर्यवर्धक पनि भएकोले उचित मात्रामा सेवन गर्नाले सब किसिमको कमजोरीमा दिन सकिन्छ ।

काकडी

यसको ठोस-मुख्य अर्थ नेपालीमा थाहा छैन तापनि हिन्दी भाषामा यसलाई- ककड़ी, बं०-कांकुर, म०-कांकड़ी, क०-सौते, ते०- दोसकामा, ता०-वेल्लरिक्कै, फा०- ख्यार जाब, ख्यार दराल, अं०-स्नेक् कुकुम्बर, सं०- एर्वारु र कर्कटी आदि । यसको फल- चिचिण्डा जस्तै हुन्छ, काँचै पनि खाइन्छ ।

गुण– मूत्रकृच्छ, मूत्राघातमा विशेष प्रयोग हुन्छ, कफ निकाल्नु परेमा पात पोलेर खरानी बनाई सेवन गर्नु ।

चिचिण्डा

हि०- चचेंडा, चिचिंडा, चिचेंडा, बं०- चिचिंगा, म०- पडवल, गु०- पंडोलुं, अं०-स्नेकगोर्ड, सं०- चिचिण्ड, श्वेतराजि, सुदीर्घ, गृहकूलक आदि ।

गुण– वात, पित्तनाशक, बलदायक, पथ्य, रुचिकारक हुन्छ, क्षयरोगीको लागि अत्यन्त हितकर बताइएको छ ।

करेला

हि०- करेला, करैला, करइला, करेली, बं०- करोला, बडा मसिया, उच्छे, म०- कारलें, कारली, गु०- कारेला, करेलुं, क०- हागल, ते०- काकर, ता०- पागल, फा०- कारेलाई, अं०- करिल्ला फ्रूट् , विटर गोर्ड सं०- कारवेल्ल एवं कठिल्ल आदि ।

गुण– यसको फल पित्तशामक, कृमिघ्न एवं मूत्रजनन हुन्छ । कोमल पात वामक (वमन गराउन सक्छ) र मधुमेहका रोगीहरूलाई लाभदायक पनि छ । यकृत्, प्लीहावृद्धि, जलोदर, विषमज्वरमा यसको पातको रस दिनु । पित्त प्रकोप भएमा पातको रस दिनाले

वमन भई ठीक गर्दछ । आमवात, वातरक्तमा यसको फलको तरकारी पकाएर दिन सकिन्छ । यसको जरालाई पिसेर कपडछान गरी मन्द अग्निमा पकाउनु, जब गाढा होइजान्छ तब पिउनाले गर्भ गिर्न पनि सक्छ । सन्तान चाहने महिलाहरूले सेवन गर्नु हुँदैन ।

परबल

हि०- परवर, परवल, पलवल, परोर, परोरा, बं०- पटोल, पलता, म०- परवल, क०- पडवल, ता०- पुडलै, ते०- पोटल, आडर, गु०- पटोल, सं०- पटोलिका इत्यादि ।

गुण– त्रिदोषनाशक, परवरको पात पित्तनाशक, अर्थात् पित्त न बढाउने, बल, वीर्यवर्धक, ज्वरनाशक हुन्छ । साथै पिलीया, उदर रोग, रक्तविकार, कुष्ठ, जीर्ण ज्वर एवं दाहमा लाभदायक छ ।

कुन्दुर (कुँडुर्नी)

हि०- कन्दुरी, कुनली, कुंनरी, कुन्दरी, कुन्दुरु, बं०- तेला कुचा, म०- तोंडली, गु०- घोलां, घोली, ठिंडौरां, क०- तोंडे, ता०- कोवै, ते०- दोंडा तिगे, अं०- आइवी गोर्ड, सं०- विम्बी, रक्तफला, तुण्डी, तुण्डीकेरी, विम्बिका, ओष्ठोपमफला, र पीलुपर्णी आदि ।

यसको फल–गोलकाँक्री यद्वा परवल जस्तै जस्तै हुन्छ, काँचोमा काँक्रोको जस्तो स्वाद र पाकेको अमिलो हुन्छ । चाणक्यनीतिमा यसलाई 'सद्यबुद्धिहरा तुण्डी' अर्थात् तुण्डी (कुडुर) ले छिटो बुद्धि लोप गराउँदछ भन्ने उल्लिखित पनि छ ।

गुण– स्वादिष्ट, शीतल, गुरु, स्तम्भक एवं पित्त, रक्तविकार तथा वात रोग नाश गर्नमा केही मद्दत मिल्नेछ । साथै मधुमेह, सुजाक, प्रदर, काँस आदिमा यसले विशेष लाभ गर्नेछ ।

मूला

हि०-मूली, मुरई, बं०- मुला, गु०- मूला, कु०- मुलङ्गी, ता०- मुलंगी, ते०- मुलङ्गि, फा०- तुख, तुर्व, अं०- रडिश, सं०- लघुमूलक, शालामर्कटक, विस्त्र, शालेय, मरुसंभव, चाणक्यमूलक, तीक्ष्ण र मूल कपोतिका आदि ।

गुण— रुचिकारक, लघु, पाचक, त्रिदोषनाशक, कण्ठ स्वर उत्तम गर्ने एवं ज्वर, श्वास, नाक, कण्ठका लागि, हितकर आँखाको ज्योति-शक्ति वृद्धि गर्ने मानिएको छ । मूला काँचै खानाले त्रिदोषकारक, पकाएर खानाले त्रिदोषहर हुन्छ । यसको पात पिसेर खानाले पिशाव खुलाउँछ ।

यसको बीज-कफ निकाल्न, पाचक बनाउन, मासिक धर्मको कष्ट आदिमा प्रयोग गरिन्छ । कसै कसैले त दुबीमा ठीक गर्दछ भने र बीज पिसेर लगाउने पनि गर्दछन् ।

गाजर

हि०, म०, बं०- गाजर, क०- गर्जरि, ते०, ता०- गाजार, फा०- जर्दक, अ०- जजर, अं०- करट् (Carrot), सं०- गृञ्जन, गाजर, नारङ्गवर्णक इत्यादि ।

गुण— मूत्रजनन (पिशाव लगाउने), अत्यन्त बल्य एवं पोषक छ । यसमा भिटामिन 'ए' पर्याप्त रूपमा पाइन्छ । यसको बीज सुगन्धि, मूत्रजनन एवं गर्भाशय उत्तेजक मानिएको छ । पहेँलो रोग- (जण्डिस) मा क्वाथ बनाई खानाले लाभ गर्दछ । पोलेको घाउ आदिमा गाजर पिसेर अलि अलि तताएर लेप गराउनु । प्रसवका समय को पीडामा गाजरको बीज पिसेर सेवन गराउनु ।

अर्को विशेषता- गाजरलाई कोरेसोमा कोरेर, यथासम्भव २-३ माना दूध तताई राख्नु, अनि यो कोरेको गाजर त्यही दूधमा राखी मन्द मन्द अग्निमा पकाउनु। अनि जब दूध सुक्न थाल्दछ तब (सकिन्छ भने, मूलसीपाक, अश्वगन्धा चूर्ण, शतावर्यादि चूर्ण, धातुपौष्टिक चूर्ण, लौह भस्म या ताम्र भस्म या बंग या त्रिवंगभस्म र मन्मथरस अनुपान अनुसार त्यसैमा हाल्नु। अनि) मीश्री या चीनि पनि मधुरो गुलियो आउने किसिमसँग राखी पानीको भाग अर्थात् दूध जति सबै सुकाउनु, सम्भव हुन्न भने उपरोक्त औषधी न राखीकन पकाए पनि हुन्छ, जब दूध सुकिगयो भने जति सकिन्छ ताजा घिउ पनि राखी एकछिन पकाई उतारी राख्नु। अनि बिहान बेलुकी ३-३ चम्चाका दरले निस्ता पेट्सँग सेवन गर्नाले मदोन्मत्त गराउँछ। घोडाका सरह रतिशक्ति वृद्धि गराउँछ, वीर्य सागर (समुद्र) सरह बढाइदिन्छ, चेहरामा लालि आउँछ। यसको वयान यस कागजको टुक्रामा गर्नु असंभव छ। ल! अैले एकक्षण पछि वा आज सकेको छैन भन्ने शब्द उसका पासमा रहनै पाउँदैन। परन्तु ध्यान राख्नु पर्ने कुरा यो छ कि जसले विवाह गरेको छैन यद्वा घरमा स्त्री छैनन् भने ती व्यक्तिले यो औषधि सेवन न गर्नु। किनभने यो औषधी नियमितसँग सेवन गर्ने व्यक्तिले संभोग (सैक्स) नगरिकन रहनै सक्दैन। जसबाट कुनै अप्रीय घटना न घटोस् भनेर संकेत गरिएको हो।

औषधी सेवन काल-जाडाका समयमा। औषधी सेवन कालका समयमा पीरो अमिलो बिल्कुलै खानु हुँदैन। रक्सि, धूम्रपान पनि छोड्नु। ज्यादा नुनिलो न खानु।

जिलेबी

हि०- जलेबी, सं०- कुण्डलिनी।

गुण– पुष्टि, कान्तिकारक, बलवर्धक, धातु, वीर्यवर्धक, रुचिकारक र इन्द्रियलाई आनन्द दिने मानिएको छ।

मोही

हि०- मट्ठा, सं०- तक्रम्।

गुण– रुचिकारक, अग्निदीपक, अत्यन्त पाचक एवं पेटसम्बन्धी सम्पूर्ण रोगनाशक तथा प्यास शान्त-तृप्ति गर्ने हुन्छ।

सर्वत

हि०- सरबत। गुण- शुक्रजनक, शीतल, बलकारक, रोचक, लघु, स्वादिष्ट, वात तथा पित्तनाशक, मूर्च्छा, वमन, प्यास, दाह र ज्वर शान्त गर्ने मानिएको छ। ज्वरोमा रोगीको प्रकृति र अवस्था विचार गरेर मात्र दिनु।

दूध

सं०- दुग्ध, क्षीर, पयः, स्तन्य, बालजीवन आदि।

गुण—मधुर रसयुक्त, स्निग्ध, वात, पित्त नाश गर्नेवाला, छिटो वीर्य बढाउन सक्ने, रस रक्तादि वर्धक, बलकारक, बुद्धि बढाउनको लागि हितकर, अत्यन्त वाजिकरण, अवस्था स्थिर राख्न सक्ने, आयु बढाउन सक्ने एवं रसायन मानिएको छ।

दूध पिउन योग्य व्यक्ति-जससे विरेचन, वमन एवं वस्तिकर्मका प्रयोग गरेका छन्, उनीहरूका लागि दूध सेवनले ओजवर्धक हुन्छ। र जीर्णज्वर, मानसिक रोग, मूर्च्छा, भ्रम, पाण्डुरोग, दाह, तृषा, हृदयरोग, शूल, रक्तपित्त, अतिसार, योनिरोग, श्रम, क्लान्ति, गर्भश्राव,

बालक, वृद्ध, क्षतक्षीण या भोको र मैथुनको दुर्वलतामा अत्यन्त हितकर हुन जानेछ। यस्तो ऋषि मुनिहरूको भनाइ छ।

गाईको दूध

गाईको दूध विशेष गरेर स्वाद, मधुर रस युक्त, शीतल, दुग्धवर्धक, वात, पित्त तथा रक्तविकार नाश गर्नेवाला, छिटो पाच्य न हुने एवं नित्य सेवन गर्ने व्यक्तिलाई वृद्धावस्थामा हुने रोगबाट बचाउँछ र विद्यार्थीहरूका लागि बुद्धिवर्धक हुन्छ।

भैंसीको दूध

भैंसीको दूध-गाईको दूधभन्दा अधिक मधुर स्निग्ध, शुक्रकारक, गुरु, निद्रा लगाउने, कफवर्धक, भोक नष्ट गर्ने र शीतल हुन्छ।

बाख्रीको दूध

टर्रो, मधुर रसयुक्त, शीतल, ग्राही, छिटो पाच्य हुने, रक्तपित्त, अतिसार, क्षय, खोकी, ज्वरो आदि सर्वरोगनाशक हुन्छ।

भेडीको दूध

नुनिलो, मधुर रस युक्त, उष्ण, अश्मरीनाशक, हृदयको लागि अहितकर, तृप्तिकारक, कपालको लागि हितकर, शुक्र-पित्त-कफ उत्पन्न गरनेवाला एवं छिटो पाच्य न हुने हुन्छ।

घोडीको दूध

रुक्ष, उष्ण, बलकारक, शोष तथा वायु नाश गर्ने, अमिलो तथा नुनिलो रसयुक्त, लघु एवं स्वादिष्ट हुन्छ।

ऊँट (पोथी) को दूध

लघु, मधुर, लवण रसयुक्त, अग्निदीपक, सारक एवं कृमि, कुष्ठ, कफ, अफरा, उदरसम्बन्धी रोगहरू नाश गर्दछ ।

हात्ति (ढोई) को दूध

मधुर, केही कषाय रस युक्त, रस रक्तादि वर्धक, गुरु, वीर्य-वर्धक, बलकारक, शीतल, स्निग्ध, आँखाको लागि हितकर तथा शरीरलाई हृष्ट-पुष्ट गराउने गुण यसमा पाइन्छ ।

स्त्रीको दूध

समयमा छिटो पाच्य हुने, शीतल अग्निदीपक, वात, पित्त, नेत्रशूल आदि नाश गर्नेवाला, बच्चाहरूका लागि परमपौष्टिक हुन्छ ।

धारोष्ण दूध

गाईको धारोष्ण दूध- बलकारक, लघु, शीतल, अमृतको समान हितकर, अग्निदीपक, त्रिदोषनाशक कहिएको छ ।

परन्तु दुहेको केही बेर पछि अर्थात् सेलाइ सकेको छ भने हानीकारक हुन्छ । पिनास, रुघा, खोकी आदि रोग निम्त्याउन कत्ति बेर लाग्दैन ।

यस्तै प्रकारले भैंसीको दूधको पनि जान्नु ।

दूधको तर

गुरु, छिटो पाच्य न हुने, शीतल, वीर्यवर्धक, तृप्तिकारक, रस-रक्तादि वर्धक, स्निग्ध, कफ कारक, शुक्राणु उत्पन्न गर्ने, पित्त-रक्ताविकार र वातनाशक हुन्छ ।

दूध पिउने समय

बिहानबाट १० बजेतक दूध पिउनाले वीर्य वर्धकरस रक्तादि वर्धक, अग्नि प्रदीप्त गर्ने हुन्छ, ज्यादा पिए मन्दाग्नि गर्न सक्छ। दिशा पातलो या त कब्जियत गराउँन्छ।

मध्यान्ह कालमा दूध सेवनले- बलकारक, कफ तथा पित्त नाशक एवं अग्नि प्रदीप्त गर्ने हुन्छ, रात्रीको दुग्धपान हितकर हुन्छ।

सुत्ने बेलामा मनतातो दूध पिउनाले शरीरमा आनन्द प्राप्त हुन्छ, काई मेटिन्छ, ताकत दिन्छ।

मैथुनबाट निवृत्ति हुनासाथ मन तातो मिश्री मिलाएको दूध पिउनाले गएको शक्ति केही प्राप्त हुन्छ, शरीर कमजोर हुन पाउँदैन, थकावट दूर गर्दछ। यानि अतीव लाभ गर्दछ।

निषेध– चीसो दूध, फाटेको, बासि, सत्त्व न भएको दूध पिउनाले अन्य रोगका साथै कुष्ठ समेत गराउन सक्छ। दूध र नून मिसाएर या मिसिने गरी खानुहुँदैन, यसबाट महामांस आदि डरलाग्दो रोग उत्पन्न हुन सक्छ। मोही, सरबत या आमिलो पदार्थ पनि दूध सेवनको समयमा त्याग्नु पर्दछ। कसै कसैले त सब्जी भात खाए पछि खाँदैनन्। या त पहिले नै खान्छन्।

दही

उष्ण, अग्निदीपक, स्निग्ध, केही कषाय रसयुक्त, अम्लरसयुक्त, ग्राही, पित्त, रक्तविकार, शोध, मेद, कफ उत्पन्न गर्ने, मूत्रकृच्छ, रुधा, शीत विषमज्वर अतीसार, अरुचि र दुब्लोपनमा लाभदायक हुन्छ र वल, वीर्य पनि बढाउनेवाला हुन्छ।

गाईको दही

विशेष गरेर मधुर तथा अम्ल रसयुक्त, रुचिकारक पवित्र, अग्निदीपक, हृदयलाई हितकर. पुष्टिकारक र वातनाशक हुन्छ। अन्य दहीको अपेक्षा गाईको दही अधिक गुणकारी हुन्छ।

भैंसीको दही

अत्यन्त स्निग्ध, कफजनक, वात तथा पित्तनाशक, वीर्य-वर्धक, छिटो पाच्य न हुने एवं रक्त दुषित गर्दछ।

बाख्रीको दही

उत्तम, ग्राही, लघु, त्रिदोषनाशक, अग्निदीपक एवं श्वास, खोकी,क्षय तथा दुब्लोपनमा लाभदायक हुन्छ।

चीनी मिलाएको दही

श्रेष्ठ, प्यास, पित्त, रक्तविकार तथा दाहनाशक।

गुड मिलाएको दही

वातनाशक, वीर्य, रस-रक्तादि वर्धक, तृप्तिकारक तथा छिटो पाच्य न हुने हुन्छ।

निषेध

रात्रीमा दही खानु हुँदैन, स्वास्थ्यको लागि हानिकारक त हुँदै हुन्छ, साथै बुद्धि पनि नाश गर्दछ भनेर आयुर्वेद ग्रन्थहरूमा लेखिएको पाइन्छ।

यदि खानु नै पर्‍यो भने भातसँग न मिसाइकन वा पानी मिलाएर प्रयोग गर्नुपर्दछ, साथै घ्यू अथवा मुँगको दाल अथवा चीनि अथवा मह या अमला मिसाइएको छ भने त्यति दोष लाग्दैन अर्थात् खान इच्छा नै लाग्यो भने माथि कहिएको कुनै न कुनै चीज मिसाएर खानु पर्दछ ।

मोही

कषाय तथा मधुर रस युक्त, वात तथा पित्तनाशक, ग्राही, लघु, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक, तृप्तिकारक तथा वातनाशक मानिएको छ । मोही सेवन गर्ने व्यक्तिलाई कहिल्यै पनि रोग लाग्दैन भनेर भावप्रकाशमा उल्लेख गरिएको छ ।

कफको अधिकतामा सोंठ, मरिच र पिपला मिसाएर मोही सेवन गर्नु । पित्तको अधिकतामा चीनि । वात एवं अतिसारमा-हींङ,जीरा भुटी पिसेर, सिधेनून समेत मिलाएर सेवन गर्नु ।यसले रुचि बढाउँछ, बल बढाउँछ, पुष्टि गराउँदछ । उपरोक्त औषधीका साथ गुड पनि मिलाई सेवन गरेमा मूत्रकृच्छ, मूत्राघातमा समेत लाभ गर्दछ ।

निषेध

निम्न रोग भएका व्यक्तिलाई मोहीले हानी पुर्‍याउन सक्छ- क्षय, दुर्बल व्यक्ति, मूर्च्छा, भ्रम, दाह, रक्तपित्त आदि ।

नौनी

गाईको नौनी - हितकर, वीर्यवर्धक, शरीर सुन्दर बनाउने, बल तथा अग्निवर्धक, वात, पित्त, रक्तविकार, क्षय, कासनाशक । बालक, युवक, वृद्ध सबैको लागि समानरूपेण लाभदायक छ ।

भैंसीको नौनी – वात तथा कफकारक, दाह, पित्त तथा श्रम (थकावट) नाश गर्ने, मेद तथा शुक्र वृद्धि गर्ने मानिएको छ।

पुरानो नौनी – सबैको लागि हानिकारक हुन्छ।

घीउ

रसायन, स्वादिष्ट, आँखाको लागि हितकर, अग्निदीपक, शीतवीर्य, कान्ति, ओज, तेज र लावण्य बढाउने, स्वर तथा स्मरणशक्ति बढाउने, स्मृति (धारणाशक्ति) को लागि हितकर, आयु बढाउने, बलकारक, कफकारक, विष, अलक्ष्मी (दरिद्रता) पित्त, वायु, ज्वर, उन्माद, शूल, अफरा, व्रण, क्षय, रक्तविकार आदि नाश गर्ने गुण छ।

गाईको घीउ

गाईको घीउ विशेष गरेर आँखाको लागि हितकर, वीर्यवर्धक, अग्निवर्धक, शीतल, वात, पित्त, कफनाशक, मेधाशक्ति, लावण्य, कान्ति, ओज तथा तेज अत्यन्त बढाउनेवाला, अवस्था स्थिर राख्ने, गुरु, बलकारक, पवित्र, आयु बढाउने, मङ्गलदायक, रसायन, सुगन्धयुक्त हुन्छ।

भैंसीको घीउ

स्वादिष्ट, शीतल, कफजनक, वीर्यवर्धक, पित्त, रक्त विकार र वातनाशक हुन्छ।

बाख्रीको घीउ

जठराग्निकारक, आँखाको लागि हितकर, बलवर्धक, कास, श्वास तथा क्षयनाशक भनिएको छ।

उँटीको घीउ

अग्निदीपक कफ, वातनाशक, कीटाणु, विष, कुष्ठ र पेटसम्बन्धी रोग नाश गर्नेवाला हुन्छ ।

भेँडीको दूध

सम्पूर्ण रोग नाश गर्ने, हड्डिलाई मजबूत बनाउने, आँखाको लागि हितकर, जठराग्नि प्रदीप्त गर्ने, पथरी, शर्करा, वातसम्बन्धी रोग नाशक हुन्छ ।

स्त्रीको घीउ

अमृतको समान गुणकारी, आँखाको लागि हितकर, कफ, वात, योनिदोष, पित्त तथा रक्तविकारमा हितव ारी हुन्छ ।

घोडी (वाडवा) क। घीउ

देह तथा अग्नि बढाउने, विषनाशक, तृप्तिकारक, नेत्र रोगनाशक, दाह दूर गर्ने हुन्छ ।

नयाँ घीउ

भोजन, परिश्रम, बलको क्षयमा, पाण्डु (पीलिया), नेत्ररोग आदिमा नयाँ घीउ नै प्रयोगमा ल्याउनु पर्दछ ।

बालक, वृद्ध, राजयक्ष्मा रोगी, कफजन्य रोग, आमयुक्त रोग, हैजा, कब्जियत, ज्वर तथा अग्निमन्द भएका अवस्थामा घिउ दिनु त्यति लाभदायक हुँदैन ।

पुरानो घीउ

एक वर्षभन्दा ज्यादा भएको घिउलाई पुरानो घीउ कहलाइन्छ ।

पुरानो घीउ - त्रिदोषनाशक, मूर्छा, कुष्ठ, विष, उन्माद, मिर्गि आदि रोगमा विशेष लाभ गर्दछ ।

जति जति घीउ पुरानो हुँदै जान्छ, त्यति त्यति रोगनाशक शक्ति बढ्दै जान्छ ।

गोमूत्र

कटु, तिक्त, कषाय रस युक्त, तीक्ष्ण, उष्ण, क्षार, लघु, अग्निदीपक, मेधाको हितकर, उदररोग, अफरा, चिलाउने, नेत्र र मुखसम्बन्धी रोग, कुष्ठ, वात, कास, श्वास, शोथ, कामला, पाण्डु आदि रोग नष्ट गर्दछ ।

खाली पेट खानाले या कमजोरी शरिरवालाहरूलाई धेरै खाएमा हानी गर्न सक्दछ । मात्रा र आफ्नो शारिरिक क्षमता हेरी (विचार गरी) प्रयोग गर्नु ।

तिलको तेल

गुरु, स्थिरता तथा बलकारक, वर्ण उत्तम गराउने, वीर्यवर्धक, वात तथा कफनाशक, रस रक्तादिवर्धक, रक्तपित्तकारक, मल मूत्र रोकनेवाला, गर्भाशय शोधन गर्ने, अग्निदीपक, बुद्धिदायक, मेधाको लागि हितकर, कान, योनि तथा शिरसम्बन्धि शूल नाशक, छाला, कपाल तथा आँखाको लागि हितकर, काटेमा, पोले, लोटे, कहीं मर्किएको, घाउ भएको, हड्डी टूटेको आदिमा तिलको तेल लाभदायक हुन्छ ।

सर्स्यूं (तोरी) को तेल

अग्निदीपक, पित्त तथा रक्त दूषित गर्ने, कफ, मेद वायु, बबासिर,

शिर, कानसम्बन्धी रोग, कुष्ठ, कृमि आदि नाशक भनिएको छ।

आलसको तेल

उष्ण, कफ तथा पित्त कारक, आँखाको लागि हानिकारक, बलकारक, वातनाशक, गुरु, मलकारक आदि मानिएको छ।

अरेँठको तेल

तिक्ष्ण, उष्ण, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक, छालाको लागि हितकर, अवस्था स्थिर राख्नेवाला, मेधा, कान्ति, बल दिने, योनि तथा शुक्र शोधन गर्ने, वात, उदरसम्बन्धी रोग, कमर दुःख्ने, अफरा, वातरक्त आदि नाशक छ।

मदिरा (रक्सि)

उष्ण, पित्तकारक, वातनाशक, मलभेदक, शीघ्र पाच्य हुने, अत्यन्त कफकारक, अम्ल रस युक्त, अग्निदीपक, रुचिकारक एवं पाचक, स्तम्भक भनिएको छ।

नयाँ मदिरा - त्रिदोषजनक, हृदयको लागि अहितकर, रस रक्तादि वर्धक, दाह उत्पन्न गर्ने दुर्गन्धवाला हुन्छ।

पुरानो मदिरा - रुचिकारक, हृदयको लागि हितकर, सुगन्ध-युक्त, कृमि, कफ तथा वायु नाश गर्ने हुन्छ।

सात्त्विक प्रकृति भएको मानिसलाई रक्सीले गाउने, हाँस्ने आदि काम गराउँछ। राजसी प्रकृतिवालालाई साहसिक कार्यको काम गरेको हुन्छ भने तमोगुणी मानिसले अरूलाई गाली गर्ने, पिट्ने हो-हल्ला गर्ने आदि निन्द्यकर्म र निदाउने गर्दछ।

शरीर कमजोरी भएका, रक्सी खान सुरु गरेका व्यक्तिहरू बर्बराउने, रुने, एकोहोरो बन्ने, कुनै असम्भव बातहरू गर्ने, कुनै कुरा गर्दा रुञ्चे भएर बोल्ने, हातखुट्टा काँप्ने, वान्ता गर्ने, आफ्नो शरीर अधिनमा राख्न न सक्ने हुन्छन्, ज्यादा खाने गरेको छ भने त दिशा, पिशाव र आफ्नो गोप्येन्द्रिय सम्हाल्ने चेष्टा पनि राख्दैनन् । अरू के भन्ने ? आफ्नो मुखमा कुकुरले पिशाव गरेको पनि थाहा पाउँदैनन् । एउटा उखान यद्वा कहावत के छ भने 'रक्सी खाने मान्छेले पुतुनो र थुतुनो सम्हाल्न सक्दैनन् ।'

जो व्यक्ति प्रसन्न रहन्छ, मिष्टान्नहरू भोजन गर्दछ, अर्काको दुःख-कष्ट विचार गर्न सक्छ, जो आफ्नो पत्नीलाई उचित सम्मान दिन्छ, जो आफ्नो सावगास अनुसार उचित व्यवहार गर्दछ, अड्कलेर (मात्रा अनुसार) मात्र र केवल सुत्ने बेलामा मात्र रक्सीको सेवन गर्दछ भने त्यस व्यक्तिलाई अमृतको समान गुणकारी हुन्छ भनेको छ ।

रक्सिको गन्ध हटाउने उपाय

नागरमोथा, कूट एलवालु जीरा, धनियाँ, अलैंची, सुकमेल, ल्वाङ यी सवै एकत्र गरी चबाउँछ भने त्यो व्यक्ति सभाका माझमा गए बसे पनि रक्सी खाएर आएको रहेछ भनेर कसैले थाहा पाउन सक्दैनन् ।

उँखु

रक्तपित्तनाशक, बलकारक, वीर्यवर्धक, कफजनक, मूत्र-कारक, शीतवीर्य हुन्छ । साथै मधुर, सारक, श्रमहर, शुक्रशोधक, पाण्डु आदि रोगमा पनि अत्यन्त लाभदायक हुन्छ ।

उँखु (खुदो) बाट बनेका पदार्थहरू - तृषा, दाह, मूर्च्छा, पित्त तथा रक्तविकार नाशक हुन्छन् । साथै - मधुर रसयुक्त, बलकारक,

वातनाशक, सारक, वीर्यवर्धक, शीतल एवं रस रक्तादि वर्धक र विष नाशक हुन्छ ।

अरू उँखुको अपेक्षा कालो उँखु मात्र अधिक गुणकारी हुन्छ, सर्पको विषमा कालो उँखुको खुदो पेटभर खानाले आराम हुन्छ अर्थात् विष नाश हुन्छ भन्ने बूढा पुरानाहरूको भनाइ छ । कालो उँखु धेरै थरी हुन्छन् तर एक प्रकारको मात्र गुणकारी हुन्छ, चिन्नु पर्दछ । सेतोमध्ये (देउसुलो) असली हुन्छ कालो नपाइएमा।

गुड

वीर्यवर्धक, गुरु, वातनाशक, मूत्रशोधन गर्नेवाला, मेद, कफ, कृमि तथा बलकारक एवं गुणकारी हुन्छ । नयाँ गुड – कफ, श्वास, कास कृमि उत्पन्न गर्नेवाला एवं जठराग्नी वृद्धि गर्ने हुन्छ ।

पुरानो गुड – लघु, पथ्य, अग्निजनक, पुष्टिवर्धक, पित्तनाशक, मधुर, वीर्यवर्धक, वातनाशक हुन्छ । नयाँ गुडको अपेक्षा पुरानो गुड अधिक गुणकारी हुन्छ ।

यदि अदुवाको रसमा गुण खाइन्छ भने कफ नाश गर्दछ । हर्रोको साथ सेवन गरे पित्त र सुठोको साथ सेवन गरे समस्त वातरोगसम्बन्धी रोगहरू नाश हुन्छन् । यस्तो तीनै दोष नाश गर्ने गुडलाई नमस्कार छ – ''दोषत्रयक्षयकराय नमो गुडाय'' ।

स्वस्थ रहनको लागि भोजनमा ६ रसको आवश्यक

हाम्रो शरीरलाई पोषण गर्न आवश्यक भोजनहरूमा मुख्य ६ रस छन् । तिनीहरूको नाम – गुलियो, अमिलो, पिरो नुनिलो, टर्रो, तीतो । यी रसहरूको उत्पत्ति भिन्न-भिन्न तत्त्वबाट हुन्छ । उदाहरणको लागि

१. पृथ्वी र पानीको गुणको अधिकताले मधुर रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
२. पृथ्वी र अग्निको गुणको अधिकताले अमिलो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
३. जल र अग्निको गुणको अधिकतावाट नुनिलो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
४. वायु तथा अग्निको गुणको अधिकताले पिरो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
५. वायु तथा आकाशको गुणको अधिकताले तीतो रसको उत्पत्ति हुन्छ ।
६. पृथ्वी तथा वायुको गुणको अधिकताले कषाय (टर्रो) रस उत्पत्ति हुन्छ ।

यी ६ रसको वात, पित्त र कफसँग निम्नलिखित सम्बन्ध छ– गुलियो, अमिलो र नुनिलो रस वातविनाशक छ । गुलियो, तीतो र टर्रो रस पित्तनाशक छ । पिरो, तीतो, टर्रो रस कफनाशक छ । टर्रो रस वायु जस्तो गुण र लक्षण भएको छ । पिरो रस पित्त जस्तो गुण र लक्षण भएको छ । यी ६ रसको गुण निम्न प्रकार छ–

१. मधुर रस

रगत, मासु, बोसो, हाड, मज्जा, ओज, वीर्य तथा आमाको दूध बढाउने हुन्छ । यो रस आँखाको लागि हितकारक छ । रौं तथा रंग स्वच्छ गर्दछ । समस्त इन्द्रियहरूलाई परमहितकारी छ । यो रस तृष्णा, मूर्च्छा र दाह शान्त गर्दछ । समस्त इन्द्रियहरूलाई प्रसन्न राख्दछ र कीरा र कफ बढाउँछ । तर यो रस अत्यन्त सेवन गर्‍यो भने श्वास, खोकी, दिसा, वमन हुनु, कफ बिग्रनु, कण्ठमाला, अर्बुद, मधुमेह मूत्र रोग आदि उत्पन्न हुन्छन् । आँखाबाट आँसु बहने हुन्छ ।

मधुर पदार्थ

दूध, घिउ, बोसो, चामल, जौ, गहुँ, मास, किसमिस, छोहरा, नरिवल, सखर, चिनी, मह आदि मधुर पदार्थ हुन् ।

२. अमिलो रस

आहारलाई पचाउँदछ, वातादि दोषलाई हटाउँदछ । सूजन (सुन्निनु) हटाउँदछ । मोटो मानिसलाई तौल घटाउँछ । वीर्य र नेत्रको तेज कम गर्छ । रोमाञ्च गर्ने हुन्छ । दिसा-पिसाव साफ गराउँछ । यो हृदयको लागि परम हितकारी छ । तर यसको अत्यन्त सेवनले दाँत बिग्रिन्छ । कफ नष्ट हुन्छ, शरीर शिथिल हुन्छ । घाँटी, छाती र हृदयमा दाह हुन्छ । यो रस गरम छ ।

अमिलो पदार्थ

अनार, अमला, कागती, इमली, फालसा, पदंचालनु, दही, मट्ठा (मोही), बयर आदि अमिला पदार्थ हुन् ।

३. नुनिलो रस

यस रसले मल शुद्ध गर्दछ, दूषित घाउलाई सफा गर्दछ । यो रस गरम प्रकृतिको छ । रुचिकारक, पाचक, कफ र पित्त बढाउने हुन्छ । पुरुषत्व र वायु नष्ट गर्ने खालको लो । शरीरमा शिथिलता र मृदुता ल्याउने हुन्छ । घाँटीमा जलन उत्पन्न गर्छ, जोर्नीहरू शिथिल गर्छ । यसको अति सेवनले लुतो, घाउ, खटिरा, कुष्ठ, सुन्निने, ग्लाइण्ड जस्ता रोगहरू हुन्छन् । साथै छालाको रंग बिगार्दछ । पुरुषत्व नष्ट गर्ने र नेत्रादि इन्द्रियहरूलाई मन्द गर्दछ । कपाल सेतो गर्छ ।

नुनिलो पदार्थ

नून, सिंधेनून, सामुद्रिक नून, जवाखर, सुहाग आदि नुनिलो पदार्थ हुन् । यो गरम प्रकृतिको छ ।

४. पीरो रस

अग्निदीपन गर्ने हुन्छ । मल मूत्र सफा गर्ने हुन्छ । मोटो हुने, आलस्य, कफ, कृमि, विषवाट उत्पन्न हुने रोग, कुष्ठ, लुतो आदि रोग शान्त गर्दछ । संधी या जोर्नीहरुलाई शिथिल गर्दछ, उत्साह घटाउँदछ । आमाको दूध, वीर्य तथा बोसो नष्ट गर्दछ । यस रसको अति सेवनले भ्रम, मद, गला, ओठको रोग हुन्छ । शरीरमा जलन, बलहीनता, बमन आदि रोग उत्पन्न हुन्छन् । हात, पाउ, पिठ्यूँ आदिमा वायुसम्बन्धी पीडा उत्पन्न गर्दछ । यो पनि गरम प्रकृतिको हो ।

पिरो पदार्थ

मूला, लहसून, कपूर, कूट, देवदारु, अजवायन (ज्वानो), गुग्गुल, खुर्सानी आदि पिरो पदार्थ हुन् ।

५. तीतो रस

यस रसले लुतो, पित्त, तृष्णा, मूर्च्छा, ज्वर आदि शान्त गर्दछ । मलमूत्र मेद आदिलाई सुकाउँदछ । यो रस शीतल हो । यस रसको अत्यन्त सेवनले गर्दनको नसा जकडिन्छ, नसाहरू खुम्चन्छन् , शरीरमा पीडा हुन्छ । भ्रम हुन्छ । शरीरमा कम्पन हुन्छ र भोजनमा रुचि कम हुन्छ ।

तीता पदार्थ

बेसार, इन्द्रजौ, कटेली, निशोथ, करेलो, भण्टा, करबीरको फूल, अपामार्ग, शंखाहुली, कुटकी आदि ।

६. कषाय (टर्रो) रस

यसले दिसा बन्द गर्दछ, शरीरलाई मजबूत पार्छ । घाउ तथा प्रमेह आदिलाई शुद्ध गर्छ । घाउमा प्रवेश गरेर त्यसको दोष हटाउँछ । पसीना सुकाउँछ । यसको अत्यन्त सेवनले हृदय पीडा हुन्छ, मुख सुक्छ, पेट फुल्छ, नसा जकडिन्छ, शरीर काप्न लाग्छ, शरीर दुर्बल हुन्छ ।

कषाय पदार्थ

त्रिफला, जामुन, मौलसिरी, पाखाणभेद, पालक आदिको शाग कषाय र टर्रो पदार्थ हुन् । यो रस शीतल छ ।

खाने वस्तुमा नित्य हामी ६ वटै रस प्रयोगमा ल्याउँछौ । तीतो र टर्रो खाने पदार्थमा ज्यादै थोरै उपयोगमा आउँछ तापनि कतिपय पदार्थमा यो रस गुप्तरूपले रहेको हुन्छ । गुलियो, अमिलो, नुनिलो, पिरो यी ४ रस विशेषत: उपयोगमा ल्याइन्छ । तर यो पदार्थहरू पनि ज्यादै सेवन गर्नाले हानि हुने पूरा सम्भावना छ ।

प्रसिद्ध धान्यवर्गको गुण

चामल

यसको गुणमा मधुर, अग्निदीपक, बलवर्धक, धातुवर्धक, त्रिदोषहारक, मूत्रवर्धक छ । चामलमा पौष्टिक (नाइट्रोजन) र स्निग्ध पदार्थ ज्यादै सजिलोसँग पच्दछ । बालक तथा रोगीहरूको लागि पथ्य छ । एक वर्ष पुरानो चामल गुणकारी हुन्छ ।

गहुँ

गुणमा पुष्टिकारक, धातुवर्धक, मधुर, ठंडा, रुचिकारक, टुटेका

हाडहरू जोड्ने, घाउ भर्ने, कोष्ठबद्धता गर्ने हुन्छ । गहुँमा क्षारतत्व र स्निग्ध तत्व कम हुन्छ । यो गर्मी र पुष्टिको तत्व भएको हुन्छ ।

मुगीको गुण

मुगी ठण्डा, ग्राहक, हलुका, स्वादिष्ट, कफ तथा पित्तलाई हटाउने हुन्छ । आँखाको लागि हितकारक छ तर केही वायु गर्दछ । आयुर्वेदमा मुगीको धेरै प्रशंसा गरिएको छ, रोग बढेको बेलामा पनि मुगीको पातलो दाल वा त्यसको रस उपयोग गर्ने सल्लाह दिएको छ । मुगीको दालको पानी कति कुरामा दूधको आवश्यकताई हटाउँदछ । ज्वरमा पनि मुगीको दालको पानी हितकारक मानिएको छ । यो पानीले वायु पनि गर्दैन ।

मुसुरोको दाल

गुणमा मधुर, टर्रो, रुचिकारक, ग्राही, ठण्डी, त्रिदोषहारक र केही वायु गर्दछ । रक्तविकार, ज्वर तथा वायु गोला आदि रोगमा लाभकारी छ ।

मासको गुण

मासको दाल अति पौष्टिक, वीर्यवर्धक, आमाको दूध बढाउने, मासु र बोसो बढाउने हुन्छ । यो खानाले बल बढाउँदछ, पित्त तथा कफ बढ्दछ । श्वास, काश आदि वायुको रोगमा मासको दाल पथ्य मानिन्छ । वायु प्रकृति भएकालाई विशेषतः हितकारी छ । पचिसकेपछि मासको दालले गरम तथा अमिलो रस उत्पन्न गर्दछ । अतएव कफ र पित्त प्रकृति भएकालाई र कफ र पित्तसम्बन्धी रोगमा यो हानिकारक छ । पुष्टिकारक पदार्थमा पनि यसको प्रशंसनीय छ ।

साग वर्ग

चौलाइका साग

हलुका, ठण्डा, रुखो, मलमूत्र अपसारक, रुचिकारक, अग्निप्रदीपक विषनाशक, पित्त कफ तथा रक्त तथा रक्त विकारलाई हटाउने हुन्छ ।कुष्ट, वात रक्त विकार, चर्मरोग, त्रिदोष ज्वर, पिसावको गर्मीलाई शान्त गर्ने र रगत शुद्ध गर्ने हुन्छ ।

बेथे

पाचक, रुचिकारक, अग्निदीपक, हलुका, मलापसारक हुन्छ । यो खानाले फियो, रक्तपित्त, बवासीर र कृमिरोग नष्ट हुन्छन् ।

पालक (पालुंगो) को साग

ठण्डा, कफवर्धक, मलापसारक हुन्छ । यो श्वास, पित्त तथा रक्तविकारमा लाभदायक छ ।

काउली

गन्हुको प्रकृति भएकोले ग्राहक छ । मधुर, रुचिकारक तथा बात, पित्त र कफ यी तीन दोषमा हितकारक छ । यो खानाले बल, वीर्य र आमाको दूध बढ्दछ र कुण्ठ, प्रमेह, रक्तविकार, मूत्र कृच्छ, ज्वर यी सबै रोगमा लाभदायक छ ।

मेथीको साग

पित्तकारक र ग्राही छ । तर कफ वायु र कृमिरोग नष्ट गर्दछ । रुचिकारक तथा पाचक छ ।

सिमलको फूलको तरकारी

पौष्टिक, मीठो र ठण्डा हुन्छ बादी, पित्तरोग, रक्तपित्त तथा क्षयमा हितकारक छ ।

परबरको तरकारी

हृदयको लागि हितकारक, बलबर्धक, पाचक, रुचिकारक, कामप्रवर्धक, हलुका तथा स्निग्ध छ । खोकी, रक्तविकार, ज्वर तथा कृमिरोगमा लाभदायक छ ।

कुभिन्डोको तरकारी

पुष्टिकारक, वीर्यवर्धक, हुन्छ । रक्त विकार, वायु विकार, मृगी, हिष्टेरिया र उन्माद रोगमा लाभदायक छ ।

मुलाको तरकारी

अग्निदीपक र रुचिकारक छ । बवासिर, गुल्म, दम, ज्वर, कफ, वायु तथा नाकको रोगमा हितकारक छ । सानो तथा कोमल अवस्थाको मूला सबै प्रकृति भएकालाई हितकारक हुन्छ ।

आलुको तरकारी

शीतल, मधुर, भारी, मलमूत्र बृद्धिकारक, रुखो, बलदायक, वीर्य तथा माताको दूधवर्धक, रक्तपित्तनाशक, ताकत वृद्धि गर्ने हुन्छ । आलु यदि घिउमा भुटेर खायो भने कफकारक हुँदैन । आलु पोलेर घिउमा तारेर ५-१० वर्षका बच्चालाई खुवाएमा शरीरको हाड बढ्छ । खूब पोषण हुन्छ ।

काँक्राको तरकारी

शीतल, रुखो, ग्राही, मधुर, भारी, रुचिकारक तथा पित्तजनक हुन्छ । यसले प्यास तथा उदर रोग शान्त हुन्छ ।

बैगन (भन्टा) को तरकारी

मीठो, पिरो, गरम, अग्निदीपक, वीर्यवर्धक र हलुका हुन्छ, वादी र ज्वरमा हितकारी छ ।

प्याजको तरकारी

बलवर्धक, पिरो, भारी, रुचिकारक, वीर्यवर्धक छ । यसबाट कफ रथा निद्रा वृद्धि हुन्छ । यो क्षय, क्षीणता, रक्तपित्त, वमन, हैजा, कृमिरोग, अरुचि, सूजनमा हितकारी छ ।

दूधको सामान्य गुण

दूध मधुर, पित्तहारी, पोषणकारक, वीर्यवर्धक, बुद्धिबर्धक, दिसा साफ गर्ने, युवावस्था स्थिरगर्ने, टुटेको हाडलाई जोर्ने रसायनरूप छ । पुरानो ज्वर भ्रम, मूर्च्छा, मानसिक रोग, शोथ, बबासीर, गुल्म उदर रोग, पिसाबसम्बन्धी रोग, गर्भस्राव आदि धेरै रोगहरूमा दूध अत्यन्त हितकारक र पथ्य छ ।

गाईको दूध

गाईको दूधमा माथि लेखिएको सबै गुण छ । काली गाईको दूधबाट वातहरण गर्ने र यो विशेष गुणकारी हुन्छ । राती गाईको दूध पित्तहारक र वायुनाशक, सेती गाईको दूध कफकारक र भारी

हुन्छ । ब्याएको एक दुई महिना भित्रको दूध तिनै दोषलाई कुपित गर्ने हुन्छ । ब्याएको तीन महिना बितेपछि गाईको दूध निर्दोष र उत्तम हुन्छ ।

भैंसीको दूध

भैंसीको दूध, गाईको दूधभन्दा मीठो, बाक्लो, गरुको, विशेष वीर्यवर्धक, कफकारक, निद्रावृद्धि गर्ने हुन्छ । निर्बल पाचन शक्तिका व्यक्तिहरूलाई र रोगी व्यक्तिहरूलाई भैंसीको भन्दा गाईको दूध बढी पथ्य हुन्छ । श्रमले थाकेका र बुढाहरूलाई भैंसीको दूध हितकारक छ । प्रबल पाचनशक्ति भएकालाई यो पथ्य छ ।

बाख्राको दूध

टर्रो, गुलियो, ठण्डा, हलुका र गर्मी हुन्छ । रक्तपित्त, अतिसार तथा ज्वरमा पथ्य छ । वातहारक, त्रिदोषनाशक छ ।

भेडाको दूध

टर्रो, मीठो, केही नुनिलो, स्निग्ध, गरम, पत्थरी रोगलाई हटाउने, वीर्य, पित्त तथा कफकारक र वातनाशक छ ।

नारीको दूध

हलुका, ठण्डा र अग्निदीपक छ । यसले वायु, पित्त, नेत्रशूल र कानको पीडा शान्त गर्दछ ।

खराब दूध

जुन दूधको रंग बदलिन्छ या स्वाद बिग्रन्छ अथवा अमिलो

हुन्छ, बासी हुन्छ र फाट्दछ । यस्तो दूध खानाले हानि गर्दछ । दुहेपछि त पूर्णरूपले विकृत हुन्छ । यसकारण दुहेपछि या तताएपछि धेरै बेर दूध त्यसै राख्न हुँदैन । दूध यस्तो उत्तम पदार्थ हो यसको सेवनले शरीरको पोषण हुनुका साथै शरीरको धातु, बल तथा बुद्धि वृद्धि हुन्छ । खाने पदार्थमध्ये दूधमा पोषणका सबै तत्व मौजूद छन् । दूधको साथ संयोगविरुद्ध पदार्थ खानाले हानि हुने संभावना हुन्छ । ज्यादै नुनिलो पदार्थ, विभिन्न प्रकारको अमिलो, सख्खर, शाक, मदिरा, माछा, मासु आदि पदार्थ दूधसँग मिलाएर खानाले अनेक रोग उत्पन्न हुन्छन् ।

घिउ

यो रसायन, मधुर, नेत्रलाई हितकारी, अग्निप्रदीपक, शीतवीर्ययुक्त, बुद्धिवर्धक, जीवनदाता, शरीरलाई कोमल गराउने, बल, वीर्य, कान्ति बढाउने र मलनिस्सारक छ । बादी गर्ने पदार्थसाथ घिउ खानाले वायुको उपद्रव शान्त हुन्छ । भोजनका चीजहरूमा राख्नाले त्यसलाई मधुर बनाउँछ । मूर्च्छा, कुष्ठ, विष, उन्माद, तिमिर र आँखाको सामुन्ने अँधेरो देखिनेमा एक वर्ष पुरानो घिउ लाभदायक छ । धेरै वर्ष पुरानो घिउ घाउखटिराको लागि औषधी हुन्छ ।

गाईको दूध नौनी

हितकारी, बलवर्धक , वर्णसुधारक, अग्निप्रदीपक तथा मल अवरोधक हुन्छ, बालकको लागि अमृततुल्य हुन्छ ।

भैसीको दूधको नौनी

वायु र कफ बढाउँछ, दाह, पित्त र श्रमलाई हटाउँछ, मेद तथा वीर्यवर्द्धक छ ।

दही

गरम, अग्निप्रदीपक, गहुँगो, पचेपछि अमिलो आउने र मलावरोधक छ । पित्त, रक्तविकार, सूजन, मेद तथा कफ उत्पन्न गर्छ । तर यसलाई युक्तिपूर्वक उपयोग गर्नुपर्छ । धेरै अमिलो दही अग्निप्रदीपक, रगत बिगार्ने, वायुपित्तलाई कुपित गर्ने हुन्छ । रक्तपित्त उत्पन्न गर्ने, गलामा जलन उत्पन्न गर्ने, बादी उत्पन्न गर्ने हुन्छ । पकाएको दूधको दही काँचो दूधको दहीभन्दा असल हुन्छ । यो दही रुचिकारक, पित्त तथा वायुलाई हटाउने र धातुको बल बढाउने हुन्छ । रातमा दही खानु हुँदैन । यदि ऋतुअनुसार दही खाने हो भने हेमन्त, शिशिर, वर्षा यी ऋतुमा दही खानु राम्रो हुन्छ । तर शरद्, ग्रीष्म र बसन्तमा दही सबैको लागि प्रतिकूल हुन्छ । घिउसँग खाएको दहीले बादी हटाउँछ, आँपसँग खाएको दहीले कफ हटाउँछ । महसँग खाएको दही पाचक हुन्छ । शखर वा चिनीसँग खाएको दहीले दाह, रक्त विकार, पित्त तथा तृष्णा हटाउँछ । गुडसँग खाएको दहीले शरीरमा बल बढाउँछ र वायु हटाउँछ ।

मठ्ठा (मोही)

मठ्ठा वायु, पित्त तथा कफ हटाउने र प्रिय हुन्छ । यसले दिसा रोक्दछ । पाकमा मधुर भएकोले पित्त गर्दैन, कषाय, उष्णवीर्य र रुखा भएकोले कफ फुकाल्दछ । आयुर्वेदमा तक्र (मोही) को अनेक गुण बताइएको छ, तर खराब दहीबाट बनाइएको तक्र पनि खराब अर्थात् विकारी नै हुन्छ । वायुप्रकृति भएकालाई मोहीमा सिंधेनुन मिसाएर खानुपर्छ । पित्तप्रकृतिलाई चिनी मिलाएर खानुपर्छ । कफप्रकृतिवालालाई अथवा कफको उपद्रवमा नून, सुठो, मरीच र पिप्लाको चूर्ण मिलाएर खानुपर्छ । अग्निमान्द्य, कफविकार, मूत्रकृच्छ,

गुल्मरोग, बवासीर, जठराग्नि बिग्रनु आदि रोगमा मोही अत्यन्त हितकारी हुन्छ । केवल मोहीको प्रयोगबाट संग्रहणी, बवासीर जस्ता कठिन रोग पनि आराम हुन्छन् । तक्रकल्प प्रसिद्ध छ । यदि शरीरमा कुनै प्रकारको घाउ भयो भने, कुनै अंगमा सूजन भयो भने, मूर्छा, भ्रममा, रक्तपित्त रोगमा तथा शरद ऋतुमा मोही पिउनु हितकर छैन ।

फल वर्ग

आँप

साधारणतया आँप हितकारक छ । काँचो आँपको अमिलो रुचिकारक, ग्राही र रुखो छ । यसबाट पित्त, वायु, कफ तथा रक्त विकार उत्पन्न हुन्छ । तर कण्ठरोग, वात, प्रमेह, योनिदोष, व्रण, अतिसार तथा प्रमेहमा यसले लाभ गर्दछ । पाकेको आँप, वीर्यवर्धक, कान्तिकारक, तृप्तिदायक मांसवर्धक र बलकारक छ । केही कफकारक भएकोले यसको रसमा थोरै सुठो मिलाई खानुपर्छ ।

जामुन

मलावरोधक, मधुर, कफनाशक, रुचिकारक र वायुनाशक छ ।

अनार

त्रिदोषनाशक, तृप्तिदायक, वीर्यवर्द्धक र बलदायक छ । यसको सेवनले अतिसार, ज्वर, हृदयरोग, कण्ठरोग र मुखको दुर्गन्ध नष्ट हुन्छ ।

केरा

गहुँगो, शीतल, रुचिकारक र पित्तनाशक छ । बलदायक,

वीर्यवर्धक, तृप्तिकारक र मांसवर्धक छ । तर यसबाट कफ उत्पन्न हुन्छ । पित्त तथा रक्त विकारमा लाभदायक छ ।

स्याउ

वात तथा पित्तनाशक, पुष्टिकारक, कफकारक, भारीपाक तथा रसमा मधुर शीतल रुचिकारक र वीर्यवर्धक छ । तर ज्वरोको अवस्थामा यसको सेवन हानिकारक छ ।

सुन्तला

मधुर, रुचिकारक, शीतल, पौष्टिक, अग्निप्रदीपक, हृदयको लागि हितकारक, त्रिदोषहारक, शूल तथा कृमिनाशक छ । मंदाग्नि, खोकी, वायु, पित्त, कफ, क्षय, शोथ, अरुचि, वमन आदि रोगमा पथ्य छ ।

अंगुर र किसमिस

अमिलो अंगुर कफकारक छ । पाकेको अंगुर या मुनक्का उत्तम फल हो । शीतल, नेत्रहितकारक, धातुपुष्ट गर्ने, गह्रुँको छ । यो खानाले प्यास, ज्वर, खोकी, वमन, कमलपित्त, वायु, मूत्रकृच्छ, दाह, शोध आदि रोगमा लाभदायक छ । सुखा र कालो दाख प्रायः सबै प्रकारको तनावका लागि हितकारक छ । यसले पिसाव सफा गर्दछ ।

खजूर

पौष्टिक, स्वादिष्ट, मधुर, रक्त शुद्ध गर्ने, हृदयको लागि हितकारक, त्रिदोषहारक, श्वास, श्रम, क्षय, शोथ तथा अम्लपित्त आदिमा पथ्य तथा हितकारक छ । यो पच्नमा भारी र पेटमा कृमि

उत्पन्न गर्ने हुन्छ । खजुर घिउमा तारेर खानाले उक्त दुवै दोष नष्ट हुन्छन्। मोहीमा मिलाएर सर्वत जस्तै गरी पिउनाले अमिलो डकार आउने वमन तत्काल आराम हुन्छ ।

नासपाती

हलुका, वीर्यवर्धक, मधुर र त्रिदोषनाशक छ ।

फालसा

पित्त तथा आम वायुको रोगमा हितकारक, पथ्य, रुचिकारक र हितकर छ ।

बेल

कफ, खोकी तथा शूलनाशक छ ।

ओखर

गरम, वीर्यवर्धक, स्वादिष्ट, स्निग्ध छ । कफ तथा पित्त कुपित गर्दछ । यसमा खनिज लवण पर्याप्त मात्रामा हुन्छ ।

गुड

नयाँ तथा पुरानो गुड (चाकु) को गुण बेग्ला-बेग्लै हुन्छ । नयाँ गुड गरम, भारी, रक्तविकार तथा पित्तविकार उत्पन्न गर्दछ । पुरानो गुड पथ्य र हितकारक छ । अग्निप्रदीपक र रसायनिकरूप छ । यसले हिक्का, पाण्डुरोग, पित्त र त्रिदोष नाश गर्दछ । एकवर्ष बितेपछि गुड पुरानो मानिन्छ । तीन वर्ष पुरानो गुड अदुवासँग खानाले कफ नाश हुन्छ, हर्रोसँग खाए वायु नाश गर्छ ।

सख्खर या चिनी

पित्त हटाउने, ठण्डी, बलदायक, वीर्यवर्धक, आँखाको लागि हितकारक छ; कफकारक छ। अतः कफरोगमा, सूजन तथा ज्वरमा हनिकारक छ। अधिक चिनी खानु हानिकारक छ। मधुमेह जस्तो कठिन रोग हुने सम्भावना हुन्छ।

पथ्यापथ्य

पथ्य

चामल, गहुँ, जौ, मुगी, मुसुरो, चना, मटर यी सबै अन्न सामान्यतया हितकारक छन्। चना केही वायुकारक छ। चामल एकवर्ष पुरानो राम्रो हुन्छ। मासको दाल घिउ हालेर खानु हितकर छ। मुगीको दाल त्रिदोषनाशक र पथ्य छ।

साग

पालक, परवल, तोरिया, लौका, बेथे, जिमीकन्द पथ्य छन्। अन्य पदार्थमा गाईको दूध, गाईको दूधको मोही, चिनी, अदुवा, अमला, सिंधेनून, अनार, गुलियो अंगुर यी सबै पदार्थ सबैको लागि हितकर भएकोले पथ्य छ।

अपथ्य

क्षार अर्थात् नून अधिक परिमाणमा खानाले शरीरका धातु बिग्रेर पुरुषत्व नष्ट हुन्छ। खुर्सानी आदि दाह गर्ने पदार्थले पित्तलाई कुपित गरी अनेक रोग उत्पन्न गर्छन्। अमिलो पदार्थले शरीरलाई शिथिल गरेर पुरुषत्व क्षीण गर्दछ। यस्ता पदार्थहरू एकदम हानि

हुने जस्ता प्रतीत हुन्नन् । तर धेरै दिनसम्म व्यवहार गर्दै रहनाले शरीरमा अन्य व्याधी प्रवेश गर्न योग्य परिवर्तन ल्याइदिन्छन् । यस्ता पदार्थ ज्यादै कम मात्रामा मात्र उपयोग गर्नुपर्छ ।

संयोग विरुद्ध भोजन

जसरी एकै पदार्थमा प्रकृति र ऋतुभेदबाट पथ्य र अपथ्य दुवै गुण हुन्छन् त्यसरी नै त्यसको रासायनिक संयोगबाट पदार्थको धर्म गुण बदलिएर त्यसमा तेस्रो गुण उत्पन्न हुन्छ, जुन यदाकदा हानिकारकै हुन सक्तछ, जस्तो मधु हितकारक पदार्थ हो तर यदि त्यसमा तातो घिउ या कुनै पनि तातो वस्तु हालेर खायो भने हानिकारक हुन्छ । दूध पथ्य भए पनि मूला, मूगीको दाल, नूनका साथ खायो भने हानिकारक हुन्छ । घिउ हितकारक भए पनि काँसको भाँडामा १० दिनसम्म राखिएको छ र सो घिउ खायो भने महान् हानिकारक हुन्छ । मूला, लहसून, तुलसी या सेजनाको साथ दूध खानाले कुष्ठ जस्तो भयंकर रोग उत्पन्न हुन्छ । अमिलो फल, मूला र दूध एकै साथ खानाले रोग उत्पन्न भएको न देखिए पनि कालान्तरमा रोगले आक्रमण गर्दछ । हाम्रो शरीरमा कतिपय रोग यस्तै संयोगज-विषको कारणबाट उत्पन्न हुन्छन् ।

मोटो शरीर भएकालाई पथ्यापथ्य

स्वास्थ्यको परीक्षा शरीरको मोटोपन र दुब्लोपनबाट हुँदैन । कतिपय दुब्ला मानिसहरू शक्तिशाली हुन्छन् । कतिपय मोटा व्यक्तिहरु एकदम अशक्त हुन्छन् । अत्यन्त मोटोपन र अत्यन्त दुब्लोपन दुवै रोगको चिह्न हो । यद्यपि खानु पिउनुको युक्तिले त्यसमा सुधार हुन सक्तछ । तर दुर्बल मनुष्य जति सहज तरीकाले बलवान् हुन सक्तछ त्यति नै सहज तरीकाले मोटो व्यक्ति दुब्लो हुन सक्तैन ।

अधिक पौष्टिक र मांसवर्धक, घिउ, तेल आदि पदार्थ अधिक परिमाणमा खानाले त्यस अनुपातमा शरीरलाई व्यायाम या श्रम न मिल्नाले बोसो बढेर शरीरलाई मोटो, न राम्रो र शक्तिहीन बनाइदिन्छ। स्वस्थ मनुष्यको शरीर रातो, गठिलो र स्थितिस्थापक स्नायुहरूले बनेको हुन्छ। अत्यन्त मोटोपनले शरीरलाई भद्दा तथा असमर्थ बनाइदिन्छ।

घिउ, तेल, मलाई, चिनी, पीठो, चामल, मकै, मैदा, केरा, आँप, बदाम, पेस्ता. छोहरा आदि बोसो बढाउने चीज हुन्।

गहुँ, जौ, मुगी, चना,आदि हलुका पदार्थ, पानी मिलाएको मह, दहीको पानी या मट्ठा, आसव आदि मेद रोगीको लागि पथ्य हुन्छ।

व्यायाम, उपवास, जागरण धेरै सोचविचारले पनि शरीरको स्थूलता कम हुन्छ। पोषणमा हलुका पच्ने भारी यस्ता पदार्थ मेद रोगीलाई पथ्य हुन्छ।

अथवा- सुठो पानीमा पिनेर दूधमा मिलाएर नस दिनाले शिरपीडा ठीक हुन्छ या सुठो र चाकु पिनेर नस दिनाले, या पीपल र सिधेनून पानीमा घोटेर २-३ थोपा नाकमा हाल्नाले शिर पीडा तत्कालै ठीक हुन्छ।

अथवा- बोझो र पीपलको चूर्ण पोटली बाँधेर सुँघ्नाले सूर्यावर्त र अर्धकपाली ठीक हुन्छ। भाँगको रस र बाख्राको दूध समभाग लिएर दूवै मिलाई घाममा तताएर नस दिनाले सूर्यावर्त शिरपीडा ठीक हुन्छ।

अथवा- रातीगेडीको जरा पानीमा घोटेर त्यसलाई सुँघ्नाले अर्धकपाली ठीक हुन्छ।

अथवा- छोहराको गुदी घोटेर कपालमा लगाउनाले पनि शिरपीडा ठीक हुन्छ ।

स्वरभेद या घाँटी बस्नु

अजबायन (ज्वानो), हलेदो, चीता (चितु पनि भनिन्छ)-को बोक्रा, जवाखर र अमलालाई समभाग गरी पिन्नु । १-३ मासासम्मको मात्रा गरी (विषमभाग) घिउ र महसँग चाट्नाले श्वरभंग आराम हुन्छ ।

अथवा- सानो हर्रो र सानो पिपला समभाग गरी पिसी मुखमा राख्नु अथवा ब्राह्मी, बचा (बोझो), सानो हर्रो, असुराको पात, पिपला समभाग गरी पिन्नु । २-४ मासासम्मको मात्रा गरी महमा मिसाएर चाट्नु स्वरभेद आराम हुन्छ । यही सारस्वतचूर्ण हो ।

अथवा- मिश्री र सूठो समभाग पिनेर महसँग मिलाएर गोली बनाउनु । यो गोली मुखमा राखी चुस्नु स्वर बसेको ठीक हुन्छ ।

अथवा- थोरै हिङ गरम पानीसँग पिउनाले गला खुल्दछ ।

केही स्त्रीरोगहरू

प्रदरमा

ज्यादा नुनिलो, पिरो, अमिलो, दाह गर्ने पदार्थ खानाले, अधिक मैथुन या गर्भपात हुने आदि कारणबाट प्रदर रोग हुन्छ । यो रोग दुई प्रकारको हुन्छ- रक्तप्रदर तथा श्वेतप्रदर । रक्तप्रदरमा रगतजस्तो रातो पदार्थ बहन्छ र श्वेतप्रदरमा सेतो पानी बहन्छ ।

अशोकको बोक्रा ४ तोला एक हाँडीमा १२८ तोला पानी हालेर मन्द आगोमा पकाउनु । ३२ तोला पानी बाँकी भएपछि ३२

तोला नै दूध मिलाउनु र फेरी पकाउनु । पाक्दा दूधमात्र बाँकी रहेपछि झिकी सेलाएपछि त्यसबाट १६ तोला दूध झिकेर बिहान-बिहान पिउनु प्रदर ठीक हुन्छ । यो अमोघ औषधी हो ।

अथवा- गूलरको फल सुकाई, पिनी, छानी समभाग मिश्री मिलाई एक सिसाको भाँडामा राख्नु । यो चूर्ण एक-एक तोला बिहान-बेलुका दूध या पानीसँग खाने गर्नु रक्तप्रदर ठीक हुन्छ ।

१ तोला धर्जेँराको फूलको काढ़ा पकाएर खानु, स्त्रीजातिको रक्तप्रदर, श्वेतप्रदर र अलकाई नष्ट हुन्छ ।

अथवा- ३ मासा धर्जेँराको फूल पिंधी महसँग खानाले रक्तप्रदर रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- पाकेको केरा र अमलाको स्वरस दुई तोला लिएर ती दुवै चीजभन्दा दुई गुणा चिनी मिलाएर १५ दिन सेवन गर्नाले अथवा बिहान-बेलुका ५-५ गुलाफको फूल, ३-३ मासा मिश्रीसँग खाएपछि गाईको दूध पिउनाले १५ दिनमा प्रदर, धातुविकार, मूत्राशयको दाह, रातो पिसाब हुनु आदि ठीक हुन्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) को रस महमा मिलाएर पिउनु या नीमका बोक्राको रसमा सेतो जीरा मिलाएर पिउनाले रक्तप्रदर आराम हुन्छ ।

अथवा- काकजंघाको जरोको रसमा लोधचूर्ण र मह मिलाएर पिउनाले श्वेतप्रदर निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा- वंशलोचन, नागकेशर र कपूर यी सबै मिलाएर चूर्ण बनाउने र चौलानी पानीसँग खाने गरेमा श्वेतप्रदर रोग ठिक हुन्छ ।

अथवा- रामतोरियाँको सुकेको जरो १० तोला, पिंडालु न सुकेको १० तोला पिनेर छान्नु । यसबाट ६-६ मासा चूर्ण एक पाउ

दूधमा एक तोला मिश्री मिलाएर वा मिश्री पानीसँग २० दिनसम्म खानाले श्वेतप्रदर आराम हुन्छ।

पाकेको केरा दूधमा मुछेर केही दिनसम्म लगातार सेवन गर्ने गर्नाले रक्तप्रद्र निको हुन्छ।

अथवा- बिहान बेलुका एक-एक ओटा पाकेको केरा ६ मासा घ्यूसँग लगातार खाने गर्नाले केही दिनमैं रातो र सेतोप्रदर निको हुन्छ। यदि चिसो भएको महसूस भयो भने यसमा ४-५ थोपा मह मिसाएर खानु।

अथवा- अशोक वृक्षको बोक्रा गाईको दूधमा पकाएर बिहान बेलुका लगातार खाने गर्नाले कस्तै प्रदर पनि निको हुन्छ।

अथवा- जेठीमधु २० ग्राम, चिनी २० ग्राम चौलानीसँग पिसनु र खालिपेटमा बिहान बेलुका खाने गर्नु, यसको केही दिनसम्म प्रयोग गरिरहनाले सेतो प्रदरका साथै रातो प्रदर पनि ठिक हुन्छ।

अथवा- डुम्रीको गुदी, शतावरी, मुलेठी, खरेटीको बोक्रा, बबुलको फल (यी सबै) चीज समानभाग मिलाएर कुटी छानी आठ आनाभर बिहान बेलुका (२ पल्ट) १ महिनासम्म खाने गरेमा निको हुन्छ। औषधी प्रयोगकालमा संभोग वर्जित छ।

अथवा- नीमको बोक्राको रसमा जिराको धूलो मिलाएर केही दिन खानाले प्रदर निको हुन्छ।

अथवा- वंशलोचन, नागकेशर र कपूर यी सबै मिलाएर चूर्ण बनाउने र चौलानी पानीसँग खाने गरेमा श्वेतप्रदर रोग ठिक हुन्छ।

अथवा- कपासको पातको रस, चौलानीसँग मिलाएर खाने गर्नाले रक्तप्रदर निको हुन्छ।

अथवा- कपासको जरो सफासँग धोएर चौलानीमा पिसी खानाले सेतोप्रदर निको हुन्छ।

अथवा- भेडेरीको सुकेको जरो १० तोला, सुकेको पिंडालु १० तोला कुटेर-पिसी छान्नु र २० मासा चूर्ण पाउभर गाईको दूधमा १ तोला मिश्री मिलाएर खानु, सेतो प्रदरमा निकै लाभ गर्दछ।

अथवा- नीमको तेल गाईको दूधमा मिलाएर खानाले प्रदर रोग निको हुन्छ।

अथवा- पानीअमलाको जरो र बीउ चौलानीमा पिनेर छानेर पिउनाले प्रदर तथा पुरुषहरूको पिसाबमा रक्त आउने ठीक हुन्छ।

अथवा- असुराको स्वरस, गुर्जोको स्वरस मह मिलाएर पिउनाले या नागकेशर चौलानी पानीसँग पिनेर मिश्री मिलाएर पिउनाले प्रदर रोग निश्चय ठीक हुन्छ।

अशोकघृत पनि प्रदरको अमोघ औषधी हो।

अथवा- अशोकारिष्टसँग चन्द्रप्रभावटीको सेवन गर्नाले प्रदर आदि स्त्रीरोगमा अतिलाभदायक छ। ऋतुशूलमा योगराज गुग्गुल का साथ सेवन गर्नाले उत्तम हुन्छ। गर्भाशयको शिथिलताको कारणबाट हुने अधिक रक्तस्रावमा यसको उपयोग उत्तम हुन्छ।

सोमरोग

स्त्रीयोनिबाट गन्धरहित सफा, सेतो र पीडारहित जलीय पदार्थ अधिक मात्रामा बहन्छ, पिसाबको वेग रोक्न सकिंदैन, बहुत कमजोर र बेचैनी हुन्छ। मस्तिष्क शिथिल हुन्छ, मुख र तालु सुक्छ, मूर्छा हुन लाग्छ। छाला रूखो हुन्छ, प्रलाप हुन्छ, खाने पिउने पदार्थबाट कहिले तृप्ति मिल्दैन, यसलाई सोमरोग भन्दछन्। यो पुरुषहरूको बहुमूत्र रोगजस्तै हो। सोमरोगको पहिलो अवस्थामा पानी जस्तो

पदार्थ सोम (धातु) बहन्छ, तर पुरानो भएपछि बारंबार पिसाब हुन्छ । प्रदररोग गर्भाशयको रोग हो । यो रोग मूत्रनलीको रोग हो । यसको औषधि- रामतोरियाँको जरा, सुकेको पिंडालु, सुकेको अमला, सुकेको बिदारीकन्द ४-४ तोला, मासको चूर्ण २ तोला, जेठीमधु २ तोला यी सबै पिनी छानी ६-६ मासा बिहान-बेलुका खाई पछि गाईको दूध पिउनाले सोमरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- पाकेको केरा, अमलाको स्वरस, मह, मिश्री सबै मिलाएर खानाले सोमरोग या मूत्रातिसार निश्चय ठीक हुन्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) चूर्ण खाएर पछि दूध पिउनाले या अमलाको बीज पानीमा पिनी चिनी मिलाएर पिउनाले मूत्रातिसार र सोमरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- ६ मासा नागकेशर ७ दिनसम्म पिउनाले र मोहीका साथ भात खानाले श्वेतप्रदर र सोमरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- मासको पीठो, पाकेको केरा, जेठीमधु, बिदारीकन्द, मिश्री, शतावरीको जरो सबै मिलाएर प्रातःकाल दूधसँग खानाले सोमरोग ठीक हुन्छ ।

गर्भ न रहनको लागि

गर्भ नरहोस् भन्नको लागि सम्भोग गर्नुभन्दा पहिले प्याजको रस लिङ्गमा लगाएर सम्भोग गर्दा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- दुई-दुई तोलाको मात्रा गरेर मनतातो पानीसँग बेसार खाने गरेमा गर्भरहँदैन ।

अथवा- ऋतुस्नान (रजस्वला) भएको चारौंदिन पछि अरिंठको एउटा दानाको गुदी खानाले एक वर्षसम्म गर्भ रहँदैन । दुईवटा दाना खानाले दुई वर्षसम्म गर्भ रहँदैन ।

अथवा- हात्तीको सुकेको लिँड ३ ग्राममा मह मिलाई केही दिनखानाले आजीवन गर्भनिरोध हुनजान्छ ।

अथवा- नौसादर र फिट्किरी समानभाग लिई महमा मिलाई रजस्वला भएको चार दिन पछि योनीभित्र राख्नु त स्त्री बाँझी हुन्छिन् ।

अथवा- संभोग गर्नुभन्दा अगाडि छायाँमा सुकाएको पतिनाको चूर्ण ९ ग्राम पानीसँग सेवन गर्नाले, गर्भ निरोध हुन्छ ।

अथवा- रायो र तिल मिलाई पिसी खाएमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- सिँहुडीलाई टुक्रा बनाएर छायाँमा सुकाई आगामा जलाउनु र त्यसको खरानी ३ ग्रामको मात्रा बनाई महकासाथ २१ दिनतक खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- मैथुनका समयमा नीमको तेलमा नून पिसी मिलाई लिङ्गमा लेपन गरी संभोग गर्दा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- फिट्किरी, सिधेनून, मिश्री, असली नुहाउने साबुनको धूलो सब एकत्र गरी पिसी महमा मिलाई संभोगका समयमा लिङ्गमा राम्ररी लगाउनाले शुक्राणुहरू मरी गर्भ निरोध हुनजान्छ, साथै संभोगमा आनन्ददायक पनि छ ।

अथवा- स्त्री रजोधर्म भएको पहिलो दिनदेखि उन्नाइसौं दिनतक बेसार पिसी तातो पानीसँग खाने गर्नाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- पुत्रवती स्त्रीले आफ्नो छोराले पिशाव गर्ने बित्तिकै तुरुन्त यही ठाउँमा पिशाव गरिदिनाले गर्भ रहँदैन । (यो अचम्मको कुरा छ)

अथवा- मासिकश्राव भएको चार दिन पछि पाँच दिनतक हिंङ पिसी खानेतेलमा फेटी वा फुराई खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- तीनवर्षको पुरानो गुँडका साथ मासको दाल पिसी केही दिन खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- प्रत्येक महिना खच्चडको पिशाब र फलाम निभाएको पानी खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- फलाम निभाएको पानी मात्र खाए पनि गर्भ रहँदैन ।

अथवा- पलाँशको बीजलाई खरानी बनाई चिसो पानीसँग स्त्रीले पिउने गरेमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- स्त्री रजस्वला भएको चार दिनका दिनदेखि पलाँशको बीजको भस्म र हिंङ पिसेर दूधका साथ ३ दिनसम्म खानाले कदापि गर्भ रहँदैन ।

अथवा- रजस्वला भएको आइमाईले पलाँशको बीउ पानीमा पिसेर तीनदिनसम्म अन्दाजी २० ग्राम जति पिउने गर्नाले निश्चय नै बन्ध्या हुन्छन् ।

अथवा- दुई दुई तोलाको मात्रा गरेर मनतातो पानीसँग बेसार खाने गरेमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- ३ वर्षको पुरानो गुँड १५ दिनसम्म ४ तोला को हिसाबले बिहान बेलुकी खानाले जिन्दगीभर गर्भनिरोध हुन्छ ।

अथवा- यदि स्त्री रजस्वला भएको चारदिन पछि अस्वगन्धाको सातओटा जोडी खान्छन् भने कहिल्यै पनि गर्भवती हुँदैनन् ।

अथवा- मेथी, गाजर र सोयावीनको बीज समानभाग लिएर पिसनु, अनि चिसो पानीसँग बिहान बेलुकी (२४ दिनतक) खानाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- पलाँशको बिउ पिसी मह र घ्यू (विषम भागमा) मिलाई स्त्री पन्छिएका समयमा योनीभित्र राख्नाले फेरी गर्भ रहन्न ।

अथवा- हात्तीले गोब्र्याउने बित्तिकैको लिंड निचोर्नु र सो निचोरेको २-३ तोला रसमा अलिकति मह मिलाई स्त्री पन्छिएका चारौंदिन पछि ३ दिनसम्म सेवन गर्नाले फेरि गर्भ रहँदैन । जसलाई बाँझी हुन मन लागेको छ उसैले मात्र यो औषधी प्रयोग गर्नु ।

गर्भ न रहोस् भन्नको लागि सम्भोग गर्नु भन्दा पहिले प्याजको रस लिङ्गमा लगाएर सम्भोग गरेमा गर्भ रहँदैन ।

अथवा- स्त्रीले ऋतुदिन पछि हरेकदिन एउटा ल्वाङ निल्ने गर्दछे भने कैल्यै पनि गर्भ रहँदैन ।

अथवा- नौसादर र फिट्करी समानभाग लिई महमा मिलाई रजस्वला भएको चार दिन पछि योनी भित्र राख्नु त बाँझी हुनसक्छे ।

अथवा- फिट्किरी र मह मिलाई स्पञ्ज वा कपासमा भिजाई योनीभित्र घुसारी दिनाले गर्भ रहने संभावना एकदम कम हुन्छ ।

अथवा- फिट्किरी र मह मिलाई उपरोक्त तरिका अनुसार स्त्रीले योनी भित्र राख्ने र पुरुषले पनि आफ्नो पुरुषाङ्गमा लगाउनाले गर्भ रहँदैन ।

अथवा- ऋतुमती स्त्रीले गुडहल (गुलर) को फूललाई काँजीमा पिसेर त्यसमा ३ वर्ष भएको पुरानो गुँड मिलाएर तीनदिनसम्म सेवन गर्नाले गर्भ रहँदैन ।

नोट- यस्तै अरूपनि विस्तृत विवरण जान्न चाहनु हुने युवक युवतीहरूले मैले लेखेको - *जीवन संदेश* नामक पुस्तक पढ्नु होला हाल यो पुस्तक अप्रकाशित नै छ- संपादक ।

गर्भ तुहाउनु परेमा

गर्भिणी अति रोगी छ र गर्भ रहेर उसको जीवन शंकटअवस्थामा

पर्ने छ भने मात्र गर्भ न तुहाइन, खबर्दार! कामुक वा व्यभिचारीले यस्तो कार्यमा हात अगाडि न बढावोस्। अन्यथा यसको हानि-नोक्सानीको जिम्मेवार स्वयं हुनेछन्।

छिउँके झार पिंधेर महमा मिलाई गर्भिणीको नाभीमा लेप गर्नाले (१-२ महिनाको) गर्भ गिर्न सक्दछ।

अथवा- हिङर कालो जिरा खाने गरेमा रहेको गर्भ तुहिनसक्छ।

अथवा- २ तोला निमको बोक्रा, ४ तोला सुठो र २ तोला सखरको काढा बनाएर (पकाएर) पिउनाले रोकिएको मासिक खुल्दछ, साथै १-२ महिनाको गर्भ भए तुहुन पनि सक्दछ।

अथवा- २ मासा ज्वानाको चूर्ण दिनको २ पटक तातोदूधसँग खानदिनाले स्त्रीको रोकिएको रज खुलेर आउँछ, साथै १-२ महिनाको कच्चा गर्भ निक्लन सक्दछ।

स्त्रीले नचाहँदा नचाहँदै पनि गर्भ रहन गएमा हिङ र कालो जिरा खाने गरेमा रहेका गर्भ तुहिन्न सक्छ।

अथवा- नौसादर १ मासाको मात्रामा दिनको ३ पटक खानाले मासिकधर्म खुलेर आउँदछ।

अथवा- इन्द्रेणीको जरो सिलौटामा खूब मसिनो गरी पिसी बाती जस्तो बनाई छायाँमा सुकाउनु, अनि सुकेपछि योनीभित्र (गर्भाशयमा पुग्ने गरी) पसाल्नु, १-२ महिनाको गर्भ गिर्न सक्दछ।

अथवा- कमलको जरो पिसेर केही दिनसम्म खानाले या गर्भ न गिरिउञ्जेल सेवन गर्दैगर्नाले रोकिएको रज खुलाउनुका साथै १-२ महिनाको गर्भ गिर्न सक्दछ।

अथवा- पुरानो (कमसेकम ३ वर्ष पुगेको) गुँडका साथै कालो तिल पिसेर कपडछान गरी (वा त्यत्तिकै) सो रस मन्द-मन्द आगोमा पकाई जब सुकेर गाढ़ा जस्तो हुन्छ तब उतार्नु र चिसो बनाई केही

दिनसम्म सेवन गर्नाले महिनावारी न भएको रजस्वला हुन्छन् ।

अथवा- सुठो ३ ग्राम, लसुन १५ ग्राम दुबैलाई पानीमा पिसी छानी पकाउनु, अनि गाढ़ा जस्तो बनेपछि उतारी सो औषधी (यो एक मात्रा हो) जबतक गर्भाशय शुद्धि हुदैन तबतक खाइरहने गर्नाले रज खुल्नुका साथै १-२ महिनाको गर्भ भए गिर्न सक्दछ ।

अथवा- ७० ग्राम जति तिल खूब मैदा गरी पिसी २४ घण्टासम्म पानीमा भिजाइ राख्नु, अनि कपडछान गरी सो औषधी-रस केही दिनसम्म सेवन गर्नेगर्नाले गर्भ गिर्न सक्दछ ।

अथवा- नीमको बोक्रो २ ग्राम, सुठो ४ ग्राम पिस्नु, कपडाछान गरी २ तोला पुरानो गुड मिलाई हाँडीमा डेडपाउ जति पानीमा राखी मन्द-मन्द आगोमा पकाउनु, चौथाइ भाग जति रहेपछि उतार्नु, अनि आवश्यकतामा अर्थात् बिहान बेलुकी खाली पेटमा केहीदिनसम्म सेवन गर्ने गर्नाले रज खुल्नुका साथै १-२ महिनाको गर्भ तुहुन सक्दछ ।

अथवा- मूलाको बीउ, गाजरको बीउ, मेथीको बीउ १६-१६ ग्राम (बराबर) लिई मिलाई पिसनु, छान्नु र राख्नु । करीव ३ ग्राम जतिको मात्रा लिई बिहान बेलुकी खाने गर्नाले रज खुलाउनुका साथै धेरै दिनसम्म सेवन गरिरहे गर्भ गिर्न पनि सक्दछ ।

अथवा- बेथेको बीउ अन्दाजी ४-५ मुठी लिई पिसनु र २ माना जति पानीमा राखी मन्द आगोमा पकाउनु, गाढा हुन थालेपछि उतार्नु, मनतातो छँदै पिउनु, (यो एक मात्रा हो, आवश्यक र झन्झटबाट बच्नको लागि यही मात्रा अनुसार अलिधेरै बनाएर राख्ने र खाने बेलामा तताई खानुमा समयको बचत हुन सक्दछ । यो औषधीको प्रयोगले १-२ महिनाको गर्भ झर्न पनि सक्छ ।

अथवा- छतिवनको बोक्रा खूब मैदा गरी पिसी करीब १ माना

जतिको अनुपातमा १०-१२ दिनसम्म सेवन गर्नाले २-३ महिनाको गर्भ गिर्न सक्छ ।

यस्तै प्रकारले रजावरोन्धान्तक कैप्सुल, रज प्रवर्त्तिनी बटी, ऋतुखोल, नष्टपुष्पान्तक रस आदि गरिएका औषधीहरू पनि रज खुलाउनमा प्रयोग गर्ने गर्दछन् ।

मासिकधर्मसम्बन्धी रोग

यो रोग प्राय: तीन प्रकारको हुन्छ । एकथरी रक्त न आउने हुन्छ, अर्कोथरी कम रगत हुने वा बढी रगत हुने हुन्छ, तेस्रो रजोधर्म कष्टसँग हुने हुन्छ । यसलाई ऋतुशूल भन्दछन् । ऋतुकालभन्दा ३-४ दिनपहिले नै कम्मर दुख्ने हुन्छ । आलस्य, बेचैनी, पेट दुख्ने यी लक्षण हुन थाल्दछ । शिरपीडा, हृदयकंपन, पेट भारी हुनु आदि हुन्छ । यो कष्ट रजोधर्म हुने भन्दा ४-५ दिन पहिले नै दुख्न थाल्छ र रजोधर्म भएपछि बन्द हुन्छ ।

कालो तिल ३ मासा, नारंगी ३ मासा, त्रिकुटा ३ मासा यी सबैको काँढा बनाएर त्यसमा गुड या सख्खर मिलाएर बिहान-बेलुका नित्य पिउनाले रोकिएको मासिकधर्म हुन थाल्दछ । यदि शरीरमा रगतको कमी छ भने दूध, घिउ, मिश्री खाएर पछि काँढा पिउनुपर्छ । यसले छिट्टै रजोधर्म हुन्छ । रूखो पदार्थ खानु हुँदैन । मास, दूध, दही, गुड़ आदि पदार्थ अधिक मात्रामा खानुपर्छ ।

अथवा- मालकागुन, रायो, विजयसालको काँढा, वच (बोझो) समभाग लिएर पिनेर छान्नु । मात्रा ३ मासा प्रात:, सायं ठंडा जल या काँचो दूधसँग खानाले बन्द भएको रजोधर्म निश्चय नै खुल्दछ ।

अथवा- अनार खानाले खूब लाभ हुन्छ । योगराज गुग्गुल सेवन गर्नाले वीर्य र आर्तवसम्बन्धी रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- मूलाको बीउ, गाजरको बीउ, मेथीको बीउ तीनैलाई एक-एक छटाक लिएर पिनी छानेर त्यसबाट ३-६ मासा चूर्ण तातो पानीसँग खानाले ४-५ दिनमा बन्द भएको मासिकधर्म खुल्दछ ।

मासिकधर्म (रजस्वला) को कष्टमा

काफलको बोक्रा, केशर, कालो तिल र पुरानो सखर मिलाई १-२ मासाको मात्रा तिलको काढासँग खाने गर्नाले मासिकधर्मको कष्ट र गर्भाशयको दोष आदि नष्ट हुन्छ । यो औषधी खाएको केहीबेर पछि मात्र भोजनादि गर्नु ।

अथवा- काफलको बोक्रा खूब मसिनो गरी पिसी बत्ती जस्तो बनाई योनी मार्गमा राख्नाले मासिकधर्म ठिक हुन्छ ।

अथवा- यी औषधी बनाउन झन्झट लागेमा यी तल लेखिएको औषधी चिकित्सकको परामर्शानुसार सेवन गर्नु -

नष्ट पुष्पान्तक रस या रज प्रवर्त्तिनी बटी - (आयु०)

यसको सेवनले मासिकधर्म रोकिएको अथवा कष्टका साथ थोरै थोरै श्राव भएमा र उमेर पुगेर पनि रजस्वला न भएमा र कहिले छिटो कहिले ढिलो हुने आदि रोगहरूमा पनि फाइदा गर्दछ ।

अथवा- रायोको गेडा पिनेर पानीसँग खाने गरेमा मासिकधर्मको गडबढी ठिक हुन्छ ।

अथवा- मनतातो पानीसँग हिङ खाने गरेमा मासिक धर्म सजिलैसँग खुलाइदिन्छ ।

अथवा- घिउकुमारीको रस (गुदी) मिश्रीसँग खाने गरेमा मासिकधर्म रक्तश्राव हुँदा पेट, कट्टी दुख्ने रोगमा ठिक गर्दछ ।

अथवा- १ तोल काफल पानीमा उमालेर खाने गरेमा मासिक-धर्म ठिक हुन्छ ।

मासिकधर्म हुँदा रगत धेरै आएमा

फलाम तताएर दूधमा ५/६ पटक डुबाउँदै जाने र ५/६ पटक तताउने र ५/६ पटक नै डुबाउने र त्यो दूध रोगीले खाएमा त्यस्तो रोग ठिक हुन्छ, यो क्रम ६-७ दिन जति गर्नुपर्दछ।

ऋतुशूल

अर्थात् मासिकधर्मको बेलामा पेटमा पीडा हुने रोगमा अगस्ति-फूलको जराको बोक्रा आधा तोला, मरीच १० दाना पिनेर गोली बनाउनु, ऋतुकालभन्दा २-३ दिन पहिलेदेखि र ऋतुकालपछि पनि ३-४ दिनसम्म सधैं तातो पानीसँग एक एक गोली खानाले ऋतुशूल आराम हुन्छ। यो अमोघ औषधी हो। यसको साथसाथै ऋतुकालको बेला २-३ दिन पहिलेदेखिनै एक हप्तासम्म तातो पानीको टबमा नित्य आधा घण्टा नाभिसम्म डुबाएर बस्नु झन् छिटो आराम हुन्छ।

अथवा- लहरा भएको कन्टकारीको कोपिला १, मरीच २७ दानासँग ५-७ दिनसम्म ऋतुकालमा खानाले पनि ऋतुशूल आराम हुन्छ।

अथवा- सेतो आँकको जराको बोक्रा २ तोला, मरीच आधा तोला बासी पानीसँग पिनेर २-३ दिनसम्म खानाले रक्तप्रदर आराम हुन्छ।

बृहत् फल घृत

यो आयुर्वेदीय पेटेन्ट औषधी हो। योनिरोग र हिस्टेरियाको राम्रो औषधी हो। पोषणको लागि पनि लाभदायक छ। गर्भ न रहने गरेको, थोरै आयुमा बालक मर्नु, बच्चा सानो जन्मनु यी सबै दोष ठीक हुन्छन्।

गर्भ न रहेकोमा

धतुराको बोटको एक टुक्रालाई धोई पखाली खूब मसिनो गरी पिसी योनीमा राखेर सम्भोग गरेमा गर्भरहन सक्दछ।

अथवा- खाली पेटमा तुलसीको रस या बीज खाने...... गर्नाले गर्भ रहने सम्भावना रहन्छ।

अथवा- रजस्वला भएपछि १६ दिनभित्र समरात्रीमा भरसक शुक्लपक्षको तिष्य नक्षत्र पारी बरको दारी ३-४ मासा पिंधेर श्रीमतीलाई खान दिनु र सोहीदिन रात्रीमा सम्भोग गर्नु छोरो पैदा हुनसक्छ।

गर्भ तुहुने शंकामा

६ मासा बरको बोक्रा पानीमा पिंधेर पिलाउनु गर्भ तुहुँदैन।

गर्भभित्रै मरेको बालक निकाल्नु परेमा

गाईको निरोगी ताजा गोबरको सात तोला रस निकाली छानी १ माना गाईकै दूधमा मिलाएर खानाले बालक निस्कन सक्छ।

गर्भाशयको शुद्धिमा

विमीराको वियाँ १ मासा, सिमलको जरा ३ मासा, गाईको दूधमा पिंधी नछुने भएको ४ दिनदेखि स्नान गरेर ४ दिनसम्म खानाले गर्भाशयको शुद्धि हुन्छ र विमीराको र अरिणाको १/१ वटा दिउल- (गेडा घ्यूसँग) पिंधेर सेवन गर्नाले गर्भ रहनसक्छ।

गर्भावस्थाको वाकवाकीमा

१ मासा धनियाँको काँढामा मिश्री र चौलानी मिलाई पिउनाले गर्भवतीको वाक्वाकी ठीक हुन्छ-

अथवा-

चौलानीसित मिश्री मीसि धनिआँ कूटेर चाट्नी पिए
गर्भीणीहरुको सबै वमन नै रोकिन्छ जानी लिए।

गर्भमा छोरो छ कि छोरी छ ? भन्ने जान्ने उपाय

गर्भवतीका गर्भ हुने दिन पूरा भएपछि (आराम लिएको बेलामा) छातीमा हात राखी बिचार गर्नु, १ मिनेटमा १४० पटक छाती धड्के छोरी र १२४ चोटि धड्के छोरो हुन सक्छ।

शीघ्र प्रसव हुने उपाय

कहिले-कहिले बालक जन्मने समयमा ढिला हुन्छ कष्ट हुन्छ। यस्तो अवस्थामा चुम्बकवा पत्थर कपडामा बाँधेर या बेरेर स्त्रीको बायाँ जाँघमा बाँधिदिनाले या बायाँ हातमा समाउनाले केही समयभित्र बालक जन्मन्छ। यो अनुभूत उपाय हो।

अथवा- १८ मासा अमलतासको बोक्राको काँढा पकाएर स्त्रीलाई पियाउनाले नाल र बच्चा सजिलैसँग निक्लन्छ। कुनै गर्भवनीलाई बमन बढी हुन्छ भने धनियाँ चूर्ण खाएर पछि मिश्री मिलाएको चौलानी पिलाउनुपर्छ।

अथवा- अपामार्गको जरो स्त्रीको कम्मरमा बाँधिदिनाले पनि बालक छिट्टै जन्मन्छ। पछि सालनाल निक्लेपछि बाँधेको फुकाइदिनुपर्छ।

अथवा- इन्द्रायणी जरो या अपामार्गको जरो मसिनो गरी पिनेर घिउमा मिलाएर योनिमा राखिदिनाले पनि बालक सुखसँग जन्मन्छ।

अथवा- कालो सर्पको काँचुली डढाएर धूवाँ योनीमा दिनु।

अथवा- घोडाको नालको धूलो आगोमा हाली योनीमा धुवाँ दिनाले बालक छिटो पैदा हुन सक्दछ ।

अथवा- कण्टकारीको जरो हात - पाउमा बाँधिदिनु, बालक छिटो पैदा हुनमा मद्दत गर्दछ । (बालक पैदा हुनासाथ सो जरो तुरुन्त निकालिदिनु) ।

बाँझी स्त्री गर्भिणी हुने उपाय

निर्गुण्डीका रसमा गोखूरको बीज मिलाई सात मात्रासम्म यो औषधी खाई समरात्रीमा संभोग गर्नाले बाँझी स्त्री गर्भिणी हुन सक्दछे ।

अथवा- सूर्यमुखी फूलको जरो डोरीमा बाँधेर हातमा या शिरमा बाँध्नाले पनि बालक छिट्टै जन्मन्छ ।

अथवा- निम्नलिखित मन्त्र अभिमन्त्रित जल पियाउनाले पनि बालक छिट्टै गर्भबाट निक्लन्छ :-

मुक्ताः पाशाविपाशाश्च मुक्ताः सूर्येण रश्मयः ।
मुक्ताः सर्वभयाद्गर्भ एह्येहि मा चिरं स्वाहा ॥
-(यस मन्त्रका रचयिता च्यवनऋषि हुन्) ।

अथवा- हतियारले खनेको अपामार्गको जरो व्यथा लागेको बखतमा कम्मरमा रातोधागोले बाँधिदिनु, तुरुन्त बच्चा बाहिर निक्लन्छ । बच्चा हुने (जन्मने) बित्तिकै कम्मरबाट खोलिदिनु (निकालिदिनु) नत्र भयङ्कर परिणाम हुन सक्दछ) ।

अथवा- लज्जावती (बुहारीझार) को जरो र सहस्त्रजरीको जरो आइतवार या मंगलवार पारी अक्षताले पूजा गरी खनेर ल्याउनु र सुत्केरी हुनेवाली स्त्रीको कपालमा बाँधिदिनाले बच्चा पैदा हुन्छ ।

अथवा- खुर्सानी, बोझो र पिपला पानीमा पिंधी योनीमा लेप लगाइदिए पनि बालक छिटो पैदा हुन्छ ।

अथवा- विमिराको जरा कम्मरमा बाँध्नु ।

अथवा- कण्टकारीको जरा, हात पाउमा राखिदिनु ।

अथवा- मरेको गाईको निधारको हड्डी प्रसुताको सिधा माथि छतमा या दलिनमा राखिदिनाले छिटो बालक जन्मन्छ ।

अथवा- केराको गानु रातो कपडामा बाँधी स्त्रीको कम्मरमा बाँधिदिनु छिटो बालक जन्मन्छ ।

अथवा-

जेठिमधूको विमिरा जराको कुटी मसिनू चटनी सरिको ।
घीउ र फेरि मह मीसि खाउ पैदा भए बालक हेर्न जाउ ॥

सूतिका रोग

ज्वर, खोकी, प्यास, शरीर भारी रहनु, सूजन, शूल, अतिसार, प्रलाप, लक्षण सूतिका रोगका हुन् । सूतिका रोगमा वातनाशक आदि औषधी गर्नुपर्छ । यसको साथै खारेको घिउ सेवन गर्नुपर्छ । घिउ ८० तोला, दूध १२८ तोला, चिनी २०० तोला, पिनेको सूठो ३२ तोला सबै मिलाएर मन्द आगोमा पकाउनु, गाढा भएपछि त्यसमा धनियाँ ३२ तोला, सूप २० तोला, वायुविडंग, सेतो जीरा, सूठो, मरीच, पिप्ला, नागकेशर, नागरमोथे, दालचिनी, सानो अलैंचीको बियाँ, तेजपात यी सबको ४-४ तोला पिनेर मिलाई १० मिनेटसम्म पकाई ठीक भएपछि सफा माटाको भाँडामा राख्नु, ४ तोलाको मात्रा गरी सेवन गर्नाले सूतिकासम्बन्धी सबै उपद्रव शान्त हुन्छ ।

अथवा- सूठो, काकडसिंगी, पिप्लामूल सबै मिलाएर सेवन गर्नाले सूतिकाज्वर र वातरोग आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो एक तोला, मरीच २ तोला, पिप्ला ३ तोला, सिधेनून ६ तोला, जावित्री २ तोला, नीलोतुथो २ तोला सबै मिलाएर निर्गुण्डीको रसमा ३ घण्टासम्म खल गरी केराउबराबरको गोली बनाई १-१ गोली बिहान-बेलुका अदुवाको रसमा सेवन गर्नाले सबै प्रकारको सूतिकारोग आराम हुन्छ ।

सुत्केरीको दूध बढाउने उपाय

सेतो जीरा र बास्मती चामल दूधमा पकाएर केही दिनसम्म खानाले दूध बढ्दछ । दूधको कमीको कारण प्रायः कमजोरी र पौष्टिक भोजनको अभाव हो । कमलगट्टाको बीज पिनेर छानेको चूर्ण दूधसाथ खानाले दूध खूब बढ्दछ ।

अथवा- विदारीकन्दको स्वरस मह मिलाएर पिउनाले या दूधमा सेतो जिरा मिलाएर पिउनाले या शतावरी (कुरिलो) दूधमा पिनेर पिउनाले या तातो दूधसँग पिप्ला चूर्ण पिउनाले दूध खूब बढ्दछ ।

भूतोन्मादनाशक धूप

कपासको बियाँ, मयूरको प्वाँख, कंटकारी, शिवनिर्माल्य, तज, जटामसी, बिरालोको बिष्ठा, कालो सर्पको काँचुली, हात्तीका दाँत, गाईको सिंग, हींग र मरीच सबै दुई दुई तोला कुटेर एकै ठाउँमा मिलाएर शीशीमा राख्नु, यस धूपलाई आगोमा राखी धूप दिनाले पिशाच, राक्षस, देवताको आवेश र ज्वर आराम हुन्छ ।

अथवा- भालुको रौं, श्यालको रौं, लहसून, गोहीको काँडा, हींग, बच, नरमूत्र यी सबै समभाग लिएर धुनि दिनाले भूत, प्रेत आदिको बाधा शान्त हुन्छ ।

अथवा- फलघृत सेवन र महाविष्णुतेल मालिस गर्नाले पनि

हिस्टेरिया, उन्माद, वंध्यापन आदि रोगमा फाइदा गर्छ । धैर्यपूर्वक एक महिनासम्म सेवन गर्नाले अवश्य फाइदा गर्छ ।

हिस्टेरिया

गर्भाशयको खराबी, रजस्राव न हुनु या कम हुनु, पतिको निष्ठुर आचरण, अत्यन्त शोक गर्नु, अजीर्ण हुनु आदि कारणबाट युवती स्त्रीलाई एक किसिमको मृगी रोग हुन्छ । यसलाई हिष्टेरिया या योषापस्मार भन्दछन् । यी दुवै रोगमा बहुत समानता छ । हिस्टेरियामा सर्वथा होशको अभाव हुँदैन तर मृगी रोगमा पूर्ण बेहोश हुन्छ । मृगीको रोगी रोग शुरू हुनुअघि चिल्लाउँछ तर हिस्टेरियाको बिरामी यस्तो गर्दैनन् । हिस्टेरिया हुनेको पेटमा माथिल्लोपट्टि गोला जस्तो प्रतीत हुन्छ तर मृगीको यस्तो हुँदैन । हिस्टेरिया हुनेलाई भूत, प्रेत, जादू, टूनाको शंका धेरै हुन्छ । यस रोगमा अञ्जन, नस्य र धुनि दिनु लाभदायक हुन्छ ।

दालचिनी र सेतो जीराले दिमागबाट दोष उतार्दछन् ।

सूठो, मरीच, पिप्ला समभाग गरी सिउँडीको दूधमा २० दिनसम्म भिजाएर फेरि झिकी पानीसँग सिलौटामा पिन्नु, यसको नस लिनाले मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- आँकको जरोको बोक्रा, बाख्राको दूधमा पिनेर एउटा कपडामा राख्नु, बेहोश मृगी रोगीवालालाई २-४ बुँद नाकमा हालिदिने बित्तिकै होश आउँछ ।

अथवा- रिठ्ठा पिनेर छानेर राख्नु, नस लिने गर्नु, मृगी रोग नाश हुन्छ ।

अथवा- जटामसी मसिनो गरी पिनी नाकमा नस दिनु या धुनि दिनु, पुरानो मृगी रोग पनि नाश हुन्छ ।

अथवा- सेतो प्याजको रस नाकमा हाल्नाले, आँखामा अञ्जन गर्नाले मृगी र उन्मादमा लाभ हुन्छ ।

अथवा- पुरानो घिउ ख्वाउनाले र मालिस गर्नाले पनि लाभ हुन्छ ।

खाने औषधीहरू

लहसून एक तोला, कालो तिल तीन तोला या तिलको तेल दुई तोला मिलाएर प्रातःकाल २१ दिनसम्म खानाले मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- शतावरी (कुरिलो) दूधसँग सेवन गर्नाले पनि मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- ब्राह्मीको पातको स्वरस एक तोला, अकरकरा चूर्ण ३ मासा, मधु ३ मासा सबै मिलाएर बिहान-बेलुका नित्य खानाले पनि एक महिनामा मृगी, उन्माद, चित्त भ्रमादि रोग आराम हुन्छ । यो अमोघ औषधी छ ।

अथवा- जेठीमधु चूर्ण ६ मासा, कुभिंडोको रस एक तोला, मह एक तोला मिलाएर नित्य सेवन गर्नाले या महको साथ ६ मासा बच (बोझो) चूर्ण चाट्ने र दूधभात खानाले पुरानो मृगी रोग पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- सुँगुरको खुरको औंठी बनाएर मङ्गलवारको दिन दाहिने हातको कान्छीऔंलामा लाउनाले या २१ ओटा जाइफलको माला बनाएर गलामा पहिरिनाले पनि मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- एक लाल हीङ्ग, एक लाल कस्तूरी महमा मिलाएर २१ दिनसम्म सेवन गर्नाले मृगी रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- हीङ्ग र एलुआ (घिउकुमारीको चूक) समभाग मिलाएर एक लालको गोली बनाई नित्य बिहान-बेलुका एक एक गोली महमिश्रित कुभिंडोको रससँग एक महिनासम्म खानाले हिस्टेरिया अवश्य शान्त हुन्छ ।

अथवा- जेठीमधु आधासेर पानीसँग सिलौटामा पिनी दुई सेर घिउ र १६ सेर कुभिंडोको रस र लेदो कराहीमा पकाई रस सुकेर घिउ मात्र बाँकी भएपछि झिकी छानी राख्नु । यो घिउ नित्य सेवन गर्नु, मृगी र उन्माद शान्त हुन्छ ।

वाथ र वातरोग

त्रयोदशांग गुग्गुल नित्य खानाले र नारायणतेल आदि मालिस गर्नाले ८० दिनमा समस्त बातरोग आराम हुन्छ । त्रयोदशांग गुग्गुल १-३ मासाको मात्रा हो ।

वातरोगनाशक तेल

सूठो १० तोला, उत्तम सूर्ती १० तोला, सानो पिप्ला ५ तोला, भाँङ ५ तोला, हिङ्ग १ तोला, अफीम १ तोला, भिलावा १ तोला, कुचिलो, १ तोला, मरीच १ तोला यी सबै पिनी एक सेर तिलको तेल र ऐक सेर तोरीको तेलमा मिलाई आगोमा राखेर मंदाग्निमा पकाउनु, औषधी जलेपछि उतारेर तेल छान्नु । यो तेल मालिस गर्नाले कम्मर दुख्ने, पिठ्यूँ दुख्ने, छाती दुख्ने, घुँडा दुख्ने सबै आराम हुन्छ ।

अथवा- एक लाल स्वच्छन्द भैरवरस नित्य सेवन गर्नाले र यो तेल मालिस गर्नाले बातरोग विशेषत: पक्षाघात शान्त हुन्छ ।

अथवा- शुद्ध गुग्गुल, शुद्ध गंधक, हर्रो, बर्रो, अमला यी सबै

चूर्ण समभाग लिएर अदुवाको रसमा घोटेर कास्टर आयल (अरंडीतेल) मिलाई ६-६ मासाको गोली बनाई सुत्ने बेलामा दूधसँग एक गोली खाने गर्नाले वायुको पीडा निश्चय ठीक हुन्छ । यसलाई बातारिगुल भन्दछन् । अरंडीपाक पनि बाथको लागि फाइदा गर्छ । यो रोचक पनि छ । शीतकालमा बढी लाभदायक पनि छ ।

अथवा- त्रिकुटा डेढ तोला, ल्वाँग ३ मासा, ठूलो अलैंची ६ मासा, दालचिनी ६ मासा, पत्रज ६ मासा, नागकेशर ६ मासा, सोधित गन्धक १ तोला, सूप १ तोला, सनाई १ तोला, पिप्लामूल ६ मासा, निर्गुन्डीको बीज ६ मासा, शतावरी ६ मासा, पुनर्नवाको जराको बोक्रा ६ मासा, खस ६ मासा, जाइफल ४ मासा, जायफल ४ मासा सबैको चूर्ण बनाएर १० तोला, अरंडीको बीउको गुदी मसिनो गरी पिनी एक सेर गाईको दूधमा कुरौनी बनाउनु र त्यसलाई दुई छटाक गाईको घिउमा भुट्नु, अघिको औषधीहरूको चूर्ण एक सेर चिनी मिलाई ६-६ तोलाको लड्डू गाईको दूधसँग बिहान-बेलुका खानु बाथ आराम हुन्छ । औषधी अनुभूत छ ।

वाथ र वायुविकारको लागि

एक छटाक एरण्डको बीज भुटेर चपाउनु र त्यसपछि आधा सेर गाईको दूध पिउनु, यसले दिसा सफा हुन्छ । सात दिनसम्म यसै गर्नु । ठंडा वायुबाट बच्नु ।

अथवा- अश्वगन्ध, चोवचिनी, अमलाको समभाग चूर्ण ६ मासा दूध या पानीसँग सुत्ने बेलामा खाने गर्नाले बाथ आदि वायुविकार ठीक हुन्छ । भृङ्गराजको जरो र डुंगरेओको जरो मसिनो गरी कुट्नु, तोरीको तेल वा वनभाँडको तेलमा या कास्टर आयलमा पकाएर छानेर राख्नु । यो सबै राती सुत्ने बेलामा मालिस गर्नाले वातरोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- घिउकुमारीको एक पात काटेर गाईको घिउमा भुटेर, त्यसमा हलेदो, जीरा आदि मसला हालेर तरकारी बनाउनु, त्यसैसँग गहुँको रोटी खानु र पछिको रोटीसाथ कार्तिकको मह खानु। सात दिनतक खानु, रोग पुरानो छ भने १५ दिनसम्म खानु। चैत्र र कार्तिक महिनामा यसो गर्नाले बाथ अवश्य आराम हुन्छ। यति दिनसम्म केवल रोटीमात्र खानुपर्छ।

अथवा- अकरकरा, मरीच, सानो पिप्ला हरेक ३-३ मासा, पिप्लामूल ६ मासा, सूठो एक तोला, शोधित मिठा विष १ तोला यी सबै कुटी, छानी गुड र घिउमा मिलाएर मासको गेडा जत्रो गोली बनाउनु, मात्रा १-२ गोलीसम्म। पहिले पेट सफा गरी यो गोली खानु बाथ, पक्षाघात आदि आराम हुन्छ।

अथवा- त्रिफलाको काँढामा कास्टर आयल २ तोला मिलाएर पिउनाले गृधसी आराम हुन्छ।

अथवा- आधा सेर गहुँत, २ तोला कास्टर आयल मिलाउनु, सानो पिप्ला चूर्ण एक मासा खाएर पछि यो तेल मिलाएको गाईको गहुँत पिउनु, सात दिनसम्म पिउनाले कमर दुख्ने निको हुन्छ।

अथवा- शुद्ध गुग्गुल ५ तोला, लसुन १ तोला दुवै घिउमा हालेर खूब पिन्नु। ठूलो भटमासजत्रो गोली बनाउनु एक गोली नित्य खाने गर्नु कमर दुख्ने निको हुन्छ।

अथवा- शुद्ध कुचिलो र मरीच समभाग लिई पानको रससँग खल गर्नु, एक एक लालको गोली बनाउनु। यसलाई समीरगजकेशरी भन्दछन्। बिहान-बेलुका पानको रस या अदुवाको रससँग १-१ गोली खानाले सबै प्रकारको वात-व्याधि आराम हुन्छ।

अथवा- लहसुन ४ तोला मसिनो गरी पिनी त्यसमा सिधेनून, जीरा, त्रिकुटा, कालो नून र हींग ४-४ मासा पिनेर मिसाउनु, एक

मासा चूर्ण नित्य बिहान अरंडीको जराको काँढासित एक महीनासम्म पिउनाले सर्वांग बात, कमर, पीठको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- मालकागनी ल्याएर सफा गरी पहिलो दिन एक दाना, दोस्रो दिन दुई दाना, तेस्रो दिन ३ दाना, यसै हिसाबले ६० दिनसम्म एक-एक दाना बढाई ६० दानासम्म पुग्नु र फेरि एक एक दाना घटाउँदै एक दानामा आउनु । यसले जोडहरूको पीडा, वात, व्याधि र कफविकार नष्ट हुन्छ, शरीर रोगरहित हुन्छ । दाना बढाउँदै लाँदा बीचमै ज्यादै गर्मीहुन थाल्यो भने त्यहींदेखि घटाउनुपर्छ ।

अथवा- मालकांगनीको तेल मालिस गर्नाले बाथमा बहुत फाइदा गर्छ ।

अथवा- धतुरो र अरंडीको पात गरम गरेर सेक्नु र बाँध्नु ।

हृदयशूलनाशक उपाय

पेटमा भयानक पीडा भयो भने सानो हर्रो, सूठो, मरीच, पिप्ला, शुद्ध कुचिलो, शुद्ध गन्धक, हींग, सिधेनून सबै समभाग लिएर कुटी मसिनो गरी अदुवाको रससँग घोट्नु, जंगली बयरसमान गोली बनाउनु । बेलुका नित्य एक एक गोली सेवन गर्नाले वायुगोला र शूल आराम हुन्छ ।

अथवा- माउभेराको र गंदालनाको जरो एक एक मासा नित्य प्रातः काल मेथीको काँढामा कालो नून (बीरे) मिलाई त्यससँग खानाले १५ दिनमा कठिन भन्दा कठिन शूल पनि आराम हुन्छ ।

अथवा- जवाखर, कौडी भस्म शुद्ध मीठा विष, सीधेनून, सूठो, मरीच, पिप्ला समभाग लिएर पिन्नू, छान्नू यस चूर्णलाई पानको रससँग ६ घन्टासम्म खल गरी एक-एक लालको गोली बनाई बिहान एक गोली नित्य खानाले शूल आराम हुन्छ ।

अथवा- बच, सूठो, कालो जीरा, मरीच, चीता, हीङ्ग, शुद्ध विष, दालचिनी, पिप्ला सबै समभाग गरी पिन्नू, पछि भाँग र चिताको रससँग घोट्नु र चना जत्रो गोली बनाउनू, मेथीको काँढासँग नित्य एक गोली खानु सबै प्रकारको शूल र वातरोग आराम हुन्छ ।

अथवा- चित्तल या काँकडको सिंगको चूर्ण बनाउनू । अनि त्यसलाई माटाको भाँडामा हाली छोपिदिनू, सम्पूर्ण भाँडोलाई गिलो माटो र कपडा लगाएर घाममा सुकाउनू, फेरि त्यसलाई १० सेर गुइँठामा राखेर आगो लगाउनू, आगो निभेपछि भाँडाबाट भस्म झिकी शीशीमा राख्नू यो उत्तम औषधी हो । एक मासा भस्म गाईको ३ मासा तातो घिउमा मिलाएर खानाले हृदयशूल तत्कालै आराम हुन्छ । सबै प्रकारको शूल र विशेषतः हृदय र कमरको पीडाको लागि कहिल्यै फेल न हुने औषधि हो ।

अथवा- अर्जुनवृक्ष (खरी) को बोक्राको स्वरस ४ सेर, गाईको घिउ १ सेरमा मिलाएर पकाउनू, घिउमात्र बाँकी भएपछि झिकेर छान्नू । यो १-३ तोला मात्रा दूधसँग सेवन गर्नाले हृदयशूल र हृदयको सबै रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- कालो नून, सूठो, हीङ्ग समभाग लिएर पिनी, छानी चूर्ण बनाउनू र जौको काँढासँग एक मासाको मात्रा गरी सेवन गर्नाले हृदयशूल, करंगको शूल, पेटको रोग आराम हुन्छ ।

वायुगोला

दाहिने वा बायाँ करंगतर्फ हृदयमा, नाभिमा, मूत्राशय या पेटमा गोला जस्तो हुनु । कहिले घुनु, कहिले घट्नु, कहिले बढ्नु । मलमूत्र र अधोवायु कठिनसँग हुनु । अरुचि, प्यास र आन्द्रामा गडबड शब्द हुनु यी लक्षणहरू हुन्छन् । सूठो २ तोला, चिताको बोक्रा ८

तोला, तिल ४ तोला, पुरानो गुड ४ तोला, सबलाई मसिनो गरी पिनी ३ देखि ६ मासासम्मको मात्रा तातो दूधसँग खानाले वायुगोला आराम हुन्छ ।

अथवा- हींग, कूट धनियाँ, हर्रो, निशोथको जरो, कालोनून, सिधेनून, सूठो, जवाखर सबैलाई समभागमा राखी पिन्नु, घिउमा भुटी पिनी पुनः छान्नु, १॥ तोलादेखि ३ तोलासम्म जौको काँढासँग खानाले वायुगोला ठीक हुन्छ ।

अथवा- बच (बोझो), हर्रो, हींग, सिधेनून, पद्मचाल, जवाखर, अजवायन (ज्वानो), सबैको समभाग गरी पिन्नु, छान्नु, ३ देखि ६ मासाको मात्रा गरी तातो पानीसँग सेवन गर्नाले १५ दिनमा वायुगोला आराम हुन्छ ।

अथवा- शंखको नाभिको भस्म ४-६ मासा कागतीको रससँग नित्य खानाले फियो बढेको आराम हुन्छ ।

अथवा- अपामार्गको जरो ४-६ मासा मसिनो गरी पिनी गाईको महीसँग मिलाएर २१ दिनसम्म खानाले भयंकर भएको फियो पनि आराम हुन्छ ।

सत्यानाशी (स्वर्णजिरी) सिलौटामा पिनी, कपडछान गरी स्वरस निकाल्नु, यो स्वरस एक तोला मह मिलाएर खूब मथ्नु र नित्य पिउनु। १४ दिनमा फियोको रोग निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- शंख, सीपी, शुद्धगन्धक, शुद्धमंडूर (लोहकीट) र भुटेको सुहाग, नौसादर, सिधेनून, सूठो, पिप्ला, चिता, अजवायन यी सबै अलग अलग पिनी, छानी ४-४ तोला लिनु र एक सेर कागतीको रसमा मिलाएर बलियो बिर्को शीशीमा भर्नु र त्यो शीशी भूईमा गाडिदिनु, १४ दिनपछि निकाल्नु । ४-४ मासा नित्य भोजनपछि

दिनमा दुई पटक खानु, फियो, वायुगोला, शूल, अजीर्ण आदि रोग आराम हुन्छ ।

अण्डकोष वृद्धि

शुद्ध गुग्गुल ६ मासा, एरण्डतेल १ तोला, गोमूत्र दुई छटाक मिलाएर केही दिन निरन्तर सेवन गर्नाले अण्डकोष वृद्धि रोग ठीक हुन्छ ।

अथवा- इन्द्रायणीको जरोको चूर्ण ४ मासा, २ छटाक दूधमा पिनेर छानेर एक तोला एरण्डतेल मिलाएर १५-२० दिनसम्म पिउनाले पनि यो रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- बचा र सरस्यूँ पानीमा पिनेर मनतातो लेप गर्नाले अथवा सुहाजन (सजिउन ?) को बोक्रा र सरस्यूँ पानीमा पिनेर लेप गर्नाले या एरण्डकैं जरोको बोक्रा रक्सीमा पिनेर लेप गर्नाले पनि यो रोग आराम हुन्छ ।

अथवा- आँकको जरा काञ्जीसँग पिंधेर लेप गर्नाले अण्डवृद्धि रोग नष्ट हुन्छ ।

अथवा- अण्डकोषमा पानी जमेको भए ६ मासा दालचिनीको काढाको सेवन र अण्डकोषमा दालचिनीको तेल मल्नाले आराम हुन्छ ।

अथवा- १-१ तोला गाईको घ्यू र १ मासा सिधेनून मिलाएर पिउनाले र अण्डकोषमा लेप गर्नाले अण्डवृद्धि नष्ट हुन्छ ।

अथवा - अण्डकोषमा पानी भरिएको छ भने नौसादरको मलम लगाउनु ।

वातपित्त

महमा त्रिफला मिलाएर खानाले या गेरू र सरस्युँको तेल मालिस गर्नाले र तातो पानीले नुहाउनाले या पुरानो गुडमा अदुवाको रस र गेरु मिलाएर खानाले या गुडसँग अजवायन खानाले वातपित्त आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो, मरीच, पिप्लासँग समभाग मिश्री खानाले या एक तोला गुँडसँग अमलाको चूर्ण खानाले अथवा सूठो, मरीच, पिप्ला र जवाखरसँग अजवायन खानाले वातपित्त निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- अजवायन र गेरु पानीमा पिनेर शरीरमा लगाउनाले या घिउमा सिधेनून मिलाएर मालिस गर्नाले पनि बातपित्त आराम हुन्छ ।

शिरपीडामा

शिरपीडा अनेक कारणले हुन्छ । मूलकारण जानेर औषधी गरेमा शीघ्र लाभ हुन्छ । स्त्रीहरूलाई गर्भाशयमा पीडा रहनाले पनि प्राय: शिरोवेदना रहने गर्छ । कतिपय स्त्रीहरूलाई ऋतुकालमा घोर शिरोवेदना हुन्छ ।

मिश्री, दाख, जेठीमधु पिनेर नस लिनाले या दालचिनी, तेजपात र मिश्री चौलानीमा घोटेर नस लिनाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- बेलगिरी (बेलको गुदी) र सूठो, दूधसँग मसिनो गरी पिनी नस लिनाले या सिधेनून र पिप्ला पिनेर नस लिनाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- रिट्ठालाई पानीमा घोटेर नाकमा हाल्नाले पनि शिरोवेदना आराम हुन्छ । दूध र घिउमा मिलाई पिउने र यसको नस लिनाले पनि सूर्यावर्त शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

अथवा- अदुवाको स्वरस, बच, पिप्ला पिनेर नस लिनाले या दूधमा तिल पिनेर नस लिनाले या भृंगीराजको पात, अपामार्गको जरो र नौनी या सबै पिनी नस लिनाले या भृंगीराजको स्वरस र बाख्राको दूध मिलाएर घाममा बसेर नस लिनाले पनि सूर्यावर्त शिरोवेदना आराम हुन्छ ।

मोतीबिन्दुनाशक उपाय

यस रोगको शुरू अवस्थामा औषधी गरेमा ठीक हुन्छ। पुरानो मोती बिन्दुको लागि अपरेशन नै गर्नुपर्छ । बच, हींग, सूठो, सूप समभाग मसिनो गरी पिनी महमा मिलाउनू र ३-४ मासा नित्य खानाले मोतीबिन्दु बढ्न पाउँदैन र आराम हुन्छ तर यो औषधी रोगको आरम्भमा नै खानुपर्छ ।

अथवा- रोगका आरम्भमा नै निर्मली महमा मिलाएर आँखामा लगाउने या नौसादर कलमीसोडा मसिनो गरी पिनी प्याजको रसमा ३ दिन तक खल गरी रस सुकेपछि धूलो शीशीमा बन्द गरी राख्नू र सलाईले नित्य आँखामा लगाउनू यसले नयाँ मोतीबिन्दु ठीक हुन्छ ।

अथवा- स्त्रीको दूधमा भीमसेनी कपूर आँखामा लगाउनाले पनि मोतीबिन्दु ठीक हुन्छ ।

अथवा- नीमको फूल छायामा सुकाई पिन्नू, सुपको हरियो बोट ल्याएर काँचको भाँडामा राखेर सुकाउनू । सुकेपछि पिनेर छान्नू, शुद्ध कलमी सोडा पनि छानेर सब चीज समभाग मिलाउनू ३ दिनसम्म प्याजको रसमा खल गर्नू, रस सुकेपछि धूलोलाई शीशीमा राख्नू,

नित्य चाँदीको सलाईले आँखाबाट लगाउनू यसले नयाँ मोतीबिन्दु र दृष्टिको कमजोरी आदि सबै रोग आराम भएर नेत्रज्योति निश्चय नै बढ्दछ । नेत्ररोगको यो अमोघ औषधी हो ।

अथवा- गोरखमुण्डीको अर्क २-३ तोला नित्य पिउनाले नेत्रज्योति बढ्दछ । यसको साथै निम्नलिखित नेत्रज्योति कम हुने धेरै कारण छन् । तर बहुधा वृद्धावस्थामा दिमागको कमजोरीले अग्निमन्द हुनाले नेत्रज्योति कम हुन्छ । यसको लागि दिमागलाई बल दिने औषधी लगाउने र खाने गर्नाले यो रोग घट्दछ । शिरमा दिनमा धेरै पटक काइँयो लगाउनाले पनि आँखालाई फाइदा गर्छ । अधिक कब्जियत गर्ने खाना खानु आँखालाई हानिकारक छ ।

गोरखमुण्डीको शर्बत

एक पाउ गोरखमुण्डीको फूल डेढ सेर पानीमा राति भिजाइदिनू, बिहान त्यसलाई पकाई जब आधा सेर पानी बाँकी रहन्छ अनि छान्नू र ३ पाउ मिश्री मिलाई पकाउनू । पकाउँदा काँचो दूध र पानी मिलाई'१०-१० मिनेटको फरकमा ४।५ पटक एक एक छटाक हाल्नू । यो पानी हाल्दा मैलो माथि माथि उम्लन्छ त्यसलाई झिकी फाल्नू । जब अरू मैलो आउन छोड्छ अनि उतारेर कपड छान गर्नू । सेलाएपछि शीशीमा भरेर राख्नू । यो मुण्डीको सर्वत हो । २-४ तोलासम्मको मात्रा गरी नित्य जलमा मिलाई पिउनाले नेत्रज्योति बढ्दछ । दिमागमा बल प्राप्त हुन्छ र ज्वर पनि शान्त हुन्छ ।

अथवा- आधा सेर सूप मसिनो गरी पिनेर छान्नू र सूपको चूर्ण बराबर नै मिस्त्री मिलाएर कुनै भाँडोमा राख्नू । ४ मासाको मात्रा राति सुत्ने बेलामा ३-४ दिनसम्म खाने र त्यसपछि एक एक मात्रा तीन महिनासम्म खानू । यसले नेत्रज्योति बढ्दछ ।

अथवा- प्याजको स्वरस महमा मिलाएर आँखामा लगाउनाले नेत्रज्योति बढ्‌दछ र नयाँ मोतिबिन्दु आराम हुन्छ ।

अथवा- आँखामा नित्य रसोत (चूत्रोको चूक) लगाउनु पनि गुणकारी हुन्छ ।

अथवा- नीमको फूल छायाँमा सुकाएर पिन्नू, यो चूर्णबराबर कलमी सोडा पिनेर यसमा मिलाउनू र दुई तीन दिनसम्म खल गर्नू, अनि कुनै मसिनो कपडामा छानी शीशीमा राख्नू । सलाईको काँटीले आँखामा लगाउनू । नेत्रज्योति खूब बढ्‌दछ, नयाँ मोतीबिन्दु आराम हुन्छ ।

अथवा- जरायोको सिंग पानीमा पिन्नू र कागतीको रसमा खूब खल गर्नू, मरीचको दाना जत्रो गोली बनाउनू । यो गोली पानीमा घोटेर आँखामा लगाउनू, आँखाको जालो छिटै नष्ट हुन्छ ।

अथवा- परेवा या भँगेराको बिष्टा पिनेर आँखामा लगाउनाले पनि फूलो परेको निको हुन्छ ।

अथवा- नौसादर र फिटकिरी समभाग लिएर पिन्नू, मसिनो कपडाले छान्नू । यो आँखामा लाउनाले फूलो, रतौंधी आराम हुन्छ र दृष्टि बढ्‌दछ ।

दाँतको रोगमा

दाँत सफा नगर्ने आदत, सधैं दतिवन नगर्नु, दाँत कोट्याउने बानी, भोजनपछि दाँत सफा नगर्नु, ज्यादै तातो भोजन या अधिक तातो चिया पिउने बानी, गरम भोजन पछि तुरुन्त ठण्डा पानी पिउनु, अमिलो, गुलियो पदार्थ धेरै खानु, पान या तमाखु अधिक खानु आदि कारणबाट दाँत छिटै बिग्रन्छ । मह, पिप्ला र घिउ एकै ठाउँमा मिलाएर मुखमा राख्नाले दाँतको पीडा र दाँत हल्लिएको आराम हुन्छ ।

अथवा- हलेदो मसिनो गरी पिनी कपडामा राखेर दुख्ने दाँत मुनि राख्नाले र हलेदो दाँतमा मल्नाले दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- कपूरको चक्का दाँतको तल राख्नाले या दाँतको छिद्रमा भरिदिनाले पनि दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- अकरकरा र कपूर समभाग पिन्नू र यस चूर्णले दाँत मल्नू, जबसम्म आराम हुँदैन, दुई-दुई घण्टाको फरकमा मल्दै रहनु, दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- जरायोको सींग साना साना टुक्रा गरेर एकनासको भाँडामा राखेर मुख बन्द गरी सुकाउनू, गुइँठामा राखेर आगो लगाउनू । पछि झिकेर पिन्नू । यो खरानीले दाँत मल्नाले दाँत दुख्ने निको हुन्छ । दाँत सफा हुन्छ । यो खरानी ३ मासा गरम घिउमा मिलाएर खानाले हृदयशूल र कमर दुख्नु आदि आराम हुन्छ ।

दाँतको लागि अपूर्व मन्जन

हरिद्वारी पत्थर गेरू ८ तोला, भुटेको फिटकिरी १ तोला, मरीच १ तोला, निलगिरी तेल २ मासा, भीमसेनी कपूर १ मासा, बज्रदन्ती भुटेको मसिनो धूलो २ तोला सबै मिलाइ राम्ररी पिनी छानी बिर्को बन्द गरी शिशीमा राख्नू । यस चूर्णले नित्य दाँत माज्नाले मजबूत हुन्छ । दाँतको पीडा आदि शान्त हुन्छ । दन्तरोगको अमोध औषधी हो ।

अथवा- बज्रदन्ती को भुटेको धूलो ५ तोला, भूटेको फिटकिरी १ तोला खयर३ तोला, मरीच १ तोला, कपूर ६ मासा, रातोमाटो १० तोली सबै राम्रो पिनी छानी राख्नू । रस चूर्णले प्रतिदिन दाँत माझ्नू दाँतको पीडा आराम हुन्छ ।

अथवा- बज्रदन्तीको भुटेको धूलो, फिटकीरी, सिधेनून,

करूवातेल मिलाएर नित्य दाँत माझ्नु, यसले पनि दाँत दुख्ने आराम हुन्छ ।

अथवा- सूठो हर्रो, नागरमोथे, खयर, कपूर, सुपारीको भस्म मरीच, ल्वांग दालचिनी सबै एक एक तोला, रातो माटो ९ तोला सबै पिनी छानी राख्नू । यस मन्जनले नित्य दाँत माझ्नाले दाँतको अनेक रोग आराम हुन्छ ।

सर्पविष चिकित्सा

बिरालो, न्याउरी, मुजुरको शरीरमा सर्पको विषको प्रभाव हुँदैन । सर्पले टोकेको मनुष्य बेहोस हुन्छ । नाडी चल्दैन र विषको तेजले श्वास चल्न पनि बन्द हुन्छ । तर मरेको हुँदैन । नमरेको पत्ता लगाउन प्रकाश भएको ठाउँमा रोगीको आँखा खोलेर हेर्नू । यदि उसको आँखाको पुतलीमा आफ्नो प्रतिबिम्ब देखियो भने, बाँचेको हुन्छ । नत्र मरेको हुन्छ । रातमा बत्तीको प्रतिबिम्ब आँखामा पर्छ पर्दैन हेर्नू थाहाहुन्छ ।

सर्पले टोकेको स्थानमा तत्काल एक पछि अर्को गरी ४-४ अंगुलमा छिटै माथितिर खूब कसेर रक्त संचार माथितिर हुन न सक्नेगरी बाँधिदिनू । तलतिर बाँधेर विष माथि गयो भने बेकार हुन्छ । तसर्थ पहिले टोकेको ठाउँको ४-६ अंगुल माथि धागो, कपडा, छालाको डोरीले बाँधिदिनू । बाँधेको आसपासको रौं लडेको छ छैन हेर्नु, जहाँसम्म रौं लडेको हुन्छ त्यहाँसम्म विष पुगेको सम्झनु पर्छ । विष जब रौंको जरोमा पुग्छ रौं लड्छ । विष अघि सर्दै गयो भने यस्तै रौं ढल्दै जान्छ । अर्को कुरा, जहाँसम्म विष पुगेको छ त्यहाँको रगत कालो हुन्छ । नसा नीलो हुन्छ । यो कुरा विचार गरी माथितिर बाँधिदिनुपर्छ, ताकि विष माथि सर्न नसकोस् । काटेको ठाउँमा क्रस (+) जस्तो एक चिह्न काटे र बनाउनू र त्यहाँको रगत

निचोर्नू । रोगीलाई सुत्न न दिनू । उसँग कुराकानी गर्नू, निर्बिसी र सतुबा घोटेर लगाउनू र पियाउनू । सर्पले काटेको मानिसलाई घिउ र मह या घिउ मिलाएर औषधि खान दिनू । विषमा घिउ बढी लाभदायक हुन्छ ।

मेष संक्रान्तिको दिन मुसुरको दाल र नीमको पत्ता मिलाएर खानाले एक वर्षसम्म कुनै विषको भय हुँदैन ।

अथवा- नित्य प्रातः काल नीमको तीन पात चपाउने गर्नू, सर्पको विषको भय हुँदैन ।

अथवा- वृष संक्रान्तिबाट तीन दिनसम्म सिरिसको एक एक बीज खानाले सर्पले टोक्दैन ।

रायो र नौसादर मिलाएर घरमा छर्किदिनाले सर्प त्यो घर छोडेर भाग्छ ।

नौसादर र राई (रायो) सर्पलाई लाग्यो भने सर्प मर्दछ ।

मुसुरो र नीमको पातसँग सिरिसको जरो र एक बीज पिनेर वैशाखमा ३ दिनसम्म खानाले एक वर्षसम्म विष र औलोको ज्वरोको भय हुँदैन ।

कार्वोलिक एसिड छर्किदियो भने त्यसको गन्धले पनि सर्प भाग्दछ ।

घिउ, मह, नौनी, पिप्ला, अदुवा, मरीच, सिंधेनून यो सात चीज पिनेर छानेर सबै मिलाई सर्पले टोकेकोलाई खुवाउनू । सर्पले टोकेको अमोघ औषधि हो । निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- सिधेनून एकभाग, मरीच एक भाग, नीमको पात दुई भाग, सबै पिनी मह र घिउसँग खुवाउनाले स्थावरजंगम सब प्रकारको विष उत्रन्छ ।

सर्प र बौलाहा कुकुरले टोकेको ठाउँमा तत्काल पिसाब गरिदिनू र रगत निचोर्नू ।

आँकको पात माथि सफेद धूलो लागेको हुन्छ । त्यसलाई केहीले खुर्की र एक ठाउँमा जम्मा गरी आँकको दूध मिलाई घोटनू र चना जत्रो गोली बनाउनू । सर्पले टोकेकोलाई २०-२० मिनेटको फरकमा एक एक गोली खुवाउनू । ६ गोली खाउन्जेल मुखको स्वाद मीठो हुन्छ, सातौं गोली खाएपछि तीतो हुन्छ । तीतो भए पछि विष उत्रयो भन्ने सम्झनुपर्छ । अनि अरू गोली न दिनू । सर्पले टोकेको यो अमोघ औषधि हो ।

जहर मौहरा (झारमौरो) गुलाफ जलसँग ढुंगामा घोटेर एक पटकमा एक दाना (गहुँ बराबर) सर्पले टोकेको मानिसलाई खान दिनू र टोकेको ठाउँमा पनि लगाउनू । यो चाटे पछि बमन हुन्छ, फेरि चटाउनू बमन हुँदै चटाउँदै जानू, जब चटाउँदा बमन हुन छोड्छ अनि विष छैन भन्ने सम्झनू । स्थावर जंगम सबै प्रकारको विषको यो राम्रो औषधि हो । जब पेटमा विष बाँकी हुँदैन तब यो चटाउँदा बमन हुँदैन ।

जहरमौहरा दुई प्रकारको हुन्छ । एक प्राणीज जहर मौहरा भ्यागुतो टर्र टर्र गरी कराउँदा उसको गला फुल्छ र त्यो गल्फुलोमा पाइन्छ । दोस्रो खनिज जहरमोहरा एक प्रकारको पत्थर हो त्यसको रंग केही पहेंलो भएको सफेद हुन्छ । वैद्यको पसलमा पाइन्छ ।

बौलाहा कुकुरले टोकेको चिकित्सा

कुकुर बौलाएपछि त्यसको पुच्छर सीधा भएर लट्किन्छ, मुखबाट राल बहन्छ । गर्दन टेढो हुन्छ । अंधो र बहिरो जस्तो हुन्छ । अरू कुकुर त्यसलाई देखेपछि भाग्दछन् । बौलाहा कुकुरले र श्यालले टोकेपछि मानिसलाई ज्यादै चिन्ता हुन्छ । बुद्धिहीन हुन्छ । मुख सुक्छ,

प्यास लाग्छ, न राम्रो सपना देखिन्छ । उज्यालो मन पर्दैन । एक्लै बस्न मन लाग्छ । शरीर रातो हुन्छ । अन्त्यमा रून थाल्दछ । पानी देखेपछि डराउँछ । ऐनादेखि डराउने, पानीदेखि डराउने र भुक्ने भएपछि प्राय: मर्छ । यसको जुठो जसले खान्छ वा यसले अरूलाई टोकेको छ भने सो पनि बौलाहा हुन्छ । पागल कुकुरले टोकेपछि ७ दिनपछि मनुष्यको अवस्था बदलिन्छ । टोक्ने कुकुर बौलाहा हो होइन भन्ने राम्ररी एकीन गरी चाँडै औषधि गर्नुपर्छ । सबभन्दा वेश त पहिले प्रारम्भिक उपचार गरिहाल्नु वेश हुन्छ । पत्ता लगाउँदै जानुपर्छ ।

परीक्षा

ओखरको गुदी कुकुरले टोकेको घाउमा एक घण्टासम्म राखी त्यहाँबाट झिकी कुखुरालाई दिनू, कुखुराले त्यसलाई खाएन वा खाएर मऱ्यो भने कुकुर बौलाहा रहेछ भन्ने सम्झनू। पहिले घाउबाट अलिकति रगत जानदिनू, यदि रगत निक्लेन भने निचोरेर पनि निकाल्नू र पहिले कुकुरले टोकेको ठाउँमा सरस्यूँको तेलमा बालेको बत्तीको तेल लगाउनू । फेरि खुर्सानी पिनेर घाउमा लगाउनू, त्यसमाथि माकुरको जालोको पट्टी बाँधिदिनू । आराम हुन्छ ।

अथवा- लहसून पिनेर वा प्याजको रस महमा मिलाएर घाउमा लेपन गर्नू ।

अथवा- शुद्ध कुचिलो, शुद्ध मीठा विष, शुद्ध सुहाग समभाग लिएर पिन्नू र यसबाट एक एक लाल औषधि नित्य खानू: २१ दिनमा बौलाहा कुकुरले टोकेको आराम हुन्छ ।

अथवा- आँकको दूध लेपन गर्नाले बौलाहा कुकुर र बिच्छीको विष आराम हुन्छ । यो अमोघ उपाय हो । पुरानो घिउ पियाउनु पनि पथ्य छ ।

अथवा- सूठो र चिरायतो मिलाएर बाख्राको दूधमा पिनेर लेप गर्नाले खुइरे रोग निश्चय आराम हुन्छ ।

अथवा- गंधक पानीमा पिनेर महमा मिलाएर लेप गर्नाले या अमलाको अमिलोको रसमा मिलाएर लेप गर्नाले केही दिनमा रौंहीन स्थानमा रौं पलाउँछ ।

अथवा- नीमको पात र बयरको पात पिसेर शिरमा लगाउनू दुई घण्टापछि पखाल्नु । एकमहिनासम्म यसो गर्नाले कपाल लामो हुन्छ ।

अथवा- अमला कागतीको रसमा पिनेर रौंको जरामा मल्नाले या कालो तिलको पात कुटेर कपाल नुहाउनाले शिरको रौं लामो हुन्छ ।

अथवा- दारूहल्दी, हलेदो, चिरायतो, नीमको बोक्रा, असुरोको पात, लालचन्दनको धूलो समभाग लिएर पिनेर लेदो बनाउनू । लेदोको चार गुना बढी तिलको तेल र तेलको चार गुना बढी पानी मिलाएर पकाउनू । जब तेलमात्र रहन्छ उतारेर छान्नू । यो तेल लगाउनाले शिरको घाउ घटिरा आदि सबै चर्मरोग आराम हुन्छ । धैर्यपूर्वक केही दिनसम्म निरन्तर लगाउनुपर्छ । कहिलेकाहीं कफ र वातको प्रकोपले कपालको जरा कडा र रूखो हुन्छ । शिरमा चायाँ पर्छ । त्यसको लागि रातीगेडी पिनेर लेदो बनाउनू र लेदोको चार गुना तिलको तेल; तेलको चौगुना भृंगीराजको रस लिएर सबै मिलाई आगोमा पकाउनू । तेलमात्र बाँकी भएपछि उतारेर छान्नू । यो तेल शिरमा लगाउनाले शिरको चायाँ, चिलाउनू, शिरपीडा आदि आराम हुन्छ । अफीमको दाना दूधमा पिनेर लेप गर्नाले शिरमा चायाँपर्ने ठीक हुन्छ ।

जरायोको सींगको भस्म

जरायोको सींग एक सेर लिएर टुक्रा टुक्रा पारेर घिउ र मह समभाग लिएर त्यसमा डुवाएर राख्नू । दोस्रो दिन ती टुक्रा एक हाँडीमा राखेर मुख बन्द गरी दुई हात लामो र दुई हात चौडा खाडलमा गुइँठा भरेर हाँडी त्यसमाथि राखी आगो लगाउनू । ठण्डा भए पछि औषधी उतारेर फेरि मह र घिउमा डुबाएर फेरि पहिले जस्तै आगोमा जलाउनू ।७ पटक यसै गर्नू ।छैठौं र सातौं पटक हाँडीमा घिउकुमारीको गुदी र आँकको दूध पनि मिलाएर आगो लगाउनू । एक लालको मात्रा गर्नू ।अनुपान भेदले खोकी, निमोनिया, ज्वर, जोर्नीको पीडा आदि सर्वरोग आराम हुन्छ । बाल वृद्ध सबैको लागि हितकर महात्माको रामवाण औषधी हो ।

सर्वरोग निवारक "नीम कल्प"

नीमको सुकेको पात ४ तोला, नीमको बोक्रा ४ तोला, नीमको काँचोफल ४ तोला, नीमको पाकेको फल ४ तोला, त्रिफला १२ तोला, पिप्लामूल ४ तोला, कालोजीरा ४ तोला, सेतो जीरा ४ तोला, सीधेनून ४ तोला यी सबै नीमको रसमा १२ घण्टासम्म खलगरी ३६० गोली बनाउनू । आश्विन संक्रान्तिदेखि आरम्भ गरी नित्य प्रातःकाल एक गोली ठन्डा पानीसँग एक वर्षसम्म सेवन गर्नू । एक वर्षपर्यन्त मादक पदार्थको सेवन नगर्नू । ब्रह्मचर्यको पालन गर्नू । औषधी सेवन गर्नुभन्दा पहिले एक दुई दिन जुलाफ लिएर शरीर शुद्ध गर्नू। एक वर्षसम्म नियमपूर्वक औषधी सेवन गर्नाले निश्चय नै शरीर सर्वरोग मुक्त हुन्छ ।

बुद्धिकल्प

मालकागुनी (ज्योतिष्मती) लाई तीन दिनसंम गोमूत्रको भावना

दिएर शुद्ध गरी सुकाएर त्यसको तेल निकाल्नू । नित्य त्यो तेल दुई थोपादेखि सात थोपासम्म क्रमशः बढाउनू । नित्य सात थोपा तेल ब्राह्मी र शंखपुष्पीको रसमा पकाउनू । एक तोला घिउ मिलाई दूधसँग सेवन गर्नू । प्रतिवर्ष दिनको दुई पटक ४० दिनसम्म सेवन गर्नाले र मादक पदार्थ छोड्नाले बौद्धिक शक्ति कायमै रहन्छ ।

सूठोकल्प

राम्रो सूठो दुई सेर ल्याई कुटपिन गरी छान्नू । त्यसमा आधासेर पुरानो चाकु र एक सेर गाईको घिउ मिलाएर गाईको मही पनि केही मिलाई राम्रोसँग मल्नू र यौटा चिल्लो माटाको भाँडोमा राखी त्यो हाँडीको मुखमा कपडा मिट्टी गरी सुकाउनू र त्यो हाँडीलाई एक महिनासम्म धान भित्र दबाइदिनू । त्यसपछि झिकी २–३ तोलाको मात्रा गरी खानू ६ महिनामा मनुष्यको सर्वरोग नष्ट हुन्छ । यो औषधी प्रयोग गर्नु अघि २–३ दिन जुलाफ लिएर पेट सफा गर्नुपर्छ ।

चीताकल्प

"नेत्राय स्वाहा" यस मन्त्रले शुभ नक्षत्रमा चीता ल्याएर छायाँमा सुकाएर कुटपिस गरी छान्नू । अनि घिउ र महको साथ २–३ तोलाको मात्रा गरी नित्य खानू र दुध भात खानू, मनुष्यको सर्वरोग मुक्त हुन्छ । औषधी सेवन गर्नु अघि पेट सफा गर्नुपर्छ ।

आम्रपाक

राम्रो जातको पाकेको आँपको रस १०२४ तोला, त्यसको चौथाई भाग अर्थात् २५६ तोला चिनी, त्यसको आधा अर्थात् १२८ तोला गाईको घीउ, सूठो ३१ तोला, मरीच १२ तोला, पिप्ला ८

तोला यी सबै कुटपिस गरी २५६ तोला पानीमा मिलाएर एक माटाको भाँडोमा मध्यम आँचले पकाउनू । दाउराले चलाउनू । केही पाकेपछि पिप्लामूल, नागरमोथे, चव्य, धनियाँ, सेतो जीरा, कालो जीरा, सूठो, दालचिनी, तालिसपत्र यी सबै पिनेर छानेको चूर्ण ४-४ तोला पाकमा मिलाउनू । मध्यम आगोमा (आँचमा) विस्तार विस्तार चलाउनू । पाक सिद्ध भएपछि झिकेर ठण्डा हुन दिनू । ठण्डा भएपछि त्यसमा ६५ तोला मह मिलाँएर त्यसलाई जम्न दिनू । कडा भएपछि काटेर टुक्रा टुक्रा बनाएर शीशी अथवा चाइनिज माटोको भाँडोमा राख्नू । यो पाक नित्य ३-४ तालाको मात्रा गरी भोजनको अघि सेवन गर्नाले सब रोग शान्त हुन्छन् । बल पौरुष बढाउनको लागि राम्रो औषधी हो । स्त्रीहरूको मृतवत्सा र गर्भपातको दोष पनि ठीक हुन्छ ।

तक्रकल्प

एमेविक डिसेन्ट्रीको अचूक औषधी हो । यो रोग दुःसाध्य रोग हो । यो रोगको प्रसार सिष्टद्वारा हुन्छ । प्रारम्भिक अवस्थामा यो उग्र गतिशील हुन्छ । पछि यसको सन्तान जुन पहिले ठूलो आकृतिमा हुन्थे साना आकृतिका हुन्छन् र केही दिनपछि त बिल्कुल गोलाकार हुन्छन् । यसैलाई सिष्ट (Syst) भन्दछन् । यदि मलपरीक्षाबाट मलमा सिष्ट छ भन्ने विश्वास भयो भने तक्रकल्प गर्नुपर्छ । यसले अवश्य लाभ हुन्छ । ८-१० दिनमा शरीरको तौल बढ्छ । यो कल्प कुनै चिकित्सकको सहायता विना पनि गर्न सकिन्छ । मही लगभग १ महीनासम्म पिउनुपर्छ । तक्रकल्प गरेको समयमा एलापेथीको डायोडोक्सी क्वीनोलिनको पूरा कोर्स र २० चक्की कार्वरसोन पनि खायो भने निश्चय नै रोग नाश हुन्छ । आयुर्वेदिक औषधीमा कल्पकालमा कुटज चूर्ण, कुटजारिष्ट, पञ्चामृत पर्पटी, यी मध्ये

सुनै लिनुपर्छ । कल्प कालमा हप्तामा एक पटक एनिमा (पानी) लिनु आवश्यक छ । महीको मात्रा भोकको हिसावले विस्तार विस्तार बढाउनु पर्छ ।

संयमको आवश्यकता

माथि भनिए जस्तै तक्रकल्पको अवधिमा महीको अतिरिक्त अरू केही खानु हुँदैन । मिठाई, घिउ, तेलमा तारेको चीज र अन्य गरिष्ठ खाद्य पदार्थ एकदम त्याग गर्नुपर्छ । कल्प अवधिमा धेरै कमजोरी महसूस भएमा कहिले कहिले थोरै दही र २-३ चक्की भिटामिन बि. कंप्लेक्स प्रति दिन लिइरहनु पर्छ । रोग मुक्ति पछि २ महिनातक राति सुत्ने बेलामा ईसवगोलको धुलो तातो पानीसँग खानु बढी लाभकारी छ । कल्पपछि मूँगी या रहरको दाल, उसिनेको तरकारी, गहूँ या जौको रोटी र थोरै घिउ पनि लिन सकिन्छ । फलहरूमा काँचो या पाकेको मेवा, अनार आदि विशेष लाभदायक छ ।

स्मरणीय छ कि पेटका केही यस्ता रोगहरू एकपटक भएपछि निको हुन गाह्रो हुन्छ । यस्ता रोगहरूमध्ये एमेबिक डिसेन्ट्री (प्रवाहिका) प्रमुख हो । एमेटिव इंजेक्सन अधिक मात्रामा गर्नु पनि कहिले कहिले खतरनाक हुन्छ । यस रोगको प्रारंभमा रोगीलाई साधारणतः ४-६ पटक दिसा हुन्छ । पछि आउँ र रगत पनि हुन थाल्दछ । कति रोगीलाई त केही लक्षण दृष्टि गोचर हुँदैन या प्रारंभमा नै भएर लक्षण मन्द हुन्छ । रोगीलाई कुनै प्रकारको शिकायत या तकलीफ अनुभव हुँदैन। भोक लाग्छ । भोजन गर्दछ । दिसा पनि लगभग ठीक हुन्छ तर स्वास्थ्य भित्र भित्रै क्षीण हुँदै जान्छ । तरुणावस्थामा यो रोग भयो भने शरीरको तौल बढ्नुको सट्टा प्रतिदिन घट्दै जान्छ । धेरै समयपछि रोगीलाई स्वास्थ्यवर्धक आहार लिँदा मंदाग्नि, अपच, पेट गडगडाउनु आदि हुन थाल्दछ । परिणामस्वरूप

आन्द्रा कमजोर हुन्छ । यो रोगमा मट्ठाकल्प (तक्रकल्प) रामवाण औषधी हो ।

हर्रो कल्प

निम्नलिखित विधिले यदि ठूलो हर्रो वर्ष दिनभर सेवन गर्ने हो भने प्रायः शरीर सर्व रोग निर्मुक्त हुन्छ ।

चैत वैशाख

ठूलो हर्रोको चूर्ण ३ मासा, मह एकदेखि दुई तोलासँग ।

जेष्ठ र आषाढ

ठूलो हर्रो चूर्ण मासा, चाकु एकदेखि दुई तोलासँग ।

श्रावण र भाद्र

ठूलो हर्रोको चूर्ण ३ मासा, सिधे, नुन एकदेखि ३ मासासँग ।

आश्विन र कार्तिक

ठूलो हर्रोको चूर्ण ३ मासा, मिस्री १ देखि २ तोलासँग ।

मंसीर-पुस

ठूलो हर्रो चूर्ण ३ मासा, पिपला २ देखि ३ मासासँग ।

माघ-फागुन

ठूलो हर्रोको चूर्ण ३ मासा, सूठो एकदेखि ३ मासासँग ।

चन्द्रप्रभा र सूर्यप्रभावटी

यो आयुर्वेदको पेटेन्ट औषधी हो । सबै ऋतुमा सबै प्रकारको रोगको लागि लाभदायक अनुभूत औषधी हो । यसले सबै प्रकारको प्रमेह, मूत्रकृच्छ, सुगर, सबै प्रकारको वात व्याधि, उदररोग, वायुगोला, पाण्डुरोग, संग्रहणी, हृदय रोग, शूल, खोकी, भगंदर, पत्थरी, रक्तपित्त, विसमज्वर र वातजन्य र पित्तजन्य रोग नष्ट भएर शरीर स्वस्थ हुन्छ र जठराग्नि प्रदीप्त हुन्छ । यी दुई औषधीमध्ये पनि सूर्य प्रभावटी पिसावमा चिनी आउने रोगमा अति लाभदायक सिद्ध भएको छ । धैर्यपूर्वक सेवन गरेर परीक्षा गर्नू । औषधी अनुभूत छ ।

हृदयको धडकनको औषधी

प्रवार (मूगा) भस्म, गुलकंद या स्याउको मुरब्बासँग सेवन गर्नाले आराम हुन्छ ।



के को अजीर्णमा के खाने?

पिशितपनसयोः स्यादाम्रबीजेन पाकः
कृशरमहिषयोषित्क्षीरयोः सैन्धवेन ।
चिपिटपरिणतिः स्यात् पिप्पलीदीपिकाभ्या-
मपहरति तुषाम्भो द्वैदलानामजीर्णम् ॥

मासु र कटहरको अजीर्ण आँपको कोयाले शमन गर्दछ । खिचडी र भैंसीका दूधको अजीर्ण सिधेनूनले पाक गर्दछ । पिपला र ज्वानाले च्यूराको अजीर्ण शमन गर्दछ । माषको बोक्रा भूटेर जौको पिठाका साथ भाँडामा राखेर पानि सहित बन्द गरेर राखदा निक्लेको अमिलो पानीले द्विदल (दालहरू) सम्बन्धी अजीर्ण शमन गर्दछ ।

कर्पूरपूगीफलनागबल्लीकाश्मीर जातीफलजातिकोशम् ।
कस्तूरिकासिल्हकनारिकेल फलं पचत्याशु समुद्रफेनः॥

कर्पूर, सुपारी, पान, केशर, जाइफल, जाईपत्री, कस्तूरी, हिङ, नरिवलको पानी यिनिहरूको अजीर्ण समुद्रफेनले शमन गर्दछ ।

श्यामाकनीवारकुलत्थषष्टि निष्पावकङ्गूर्दधिमण्डकश्च ।
विश्वाकुलत्थौ तिलतैलयोगाज्जटाऽत्रिनाथस्य निहन्त्यथाम्रम् ॥

सामा, गहत, साठी भटमाष, कागुनु - दहीका तरले, अदुवा; गहत तिलको तेलले, मोथेको जराले आँप पचाउँछ ।

कसेरुशृङ्गाटमृणालमृद्वीखर्चूरखण्डा अपि नागरेण ।
पलांशभस्माम्बु तथार्द्रजो वा रसो निहन्याद् रसभिक्षुजातम् ॥

कसेरु, शिङाडा, कमलनाल, छोहरा, खजूर, मिश्रिको पाक शुठाले गर्दछ । पलाँशको खरानीको पानी अथवा अदुवाको रसले उँखुको रसको पाक गर्दछ ।

अम्लेन केनाप्यथवोषणेन कोष्णाम्बुना वा घृतमेति पाकम् ।
तिलादितैलान्यपि काञ्जिकेन सर्जस्य मञ्जा पनसामलक्यौ ॥

अमिलो अथवा मरिच या तातो पानीले घिउ पचाऊँछ। काञ्जिकले तेलको पाक गर्दछ । सालधूपले कटहर र अमलाको पाक गर्दछ ।

व्योषै रसाला सुरभीपयस्तु कोष्णेन मण्डेन विपाकमेति ।
शङ्खस्य चूर्णेन हयारिनारीपयो दधि क्षिप्रमुपैति पाकम् ॥

सूठो, मरिच, पिपलाले सिकर्नीको पाक गर्दछ । तातो माँडले गाईको दुध पच्दछ । शङ्खभस्मले भैंसीको दुध, दही चाँडो पाक गर्दछ ।

शुण्ठी सतीनस्य च नागरङ्ग जम्बीरयोः कोद्रवको निहन्ता ।
जरामिरा गैरिकचन्दनाभ्यामभ्येति पाकं बहुशोऽनुभूतम् ॥

ठूलो केराउको पाक सूठाले गर्दछ , सुन्तला र ज्यामीर कोदाले पचाउँछ, गेरु र चन्दनले सुरालाई पचाउँछ ।

वटो वेशवाराल्लवङ्गेन फेणी शमं पर्पटः शिग्रु बीजेन याति ।
कणामूलतो लड्डुकापूपसट्टाविपाको भवेच्छष्कुलीमण्डयोश्च ॥

बाराको अजीर्णमा वेशवार (पिनेको धनियाँ रायो मरीच सुठो) (हाड न भएको मासुमात्र थिची तेस्मा गुड मिलाएर उसिनी पिपला र मरीच) मिलाइ खाए पाक हुन्छ । फिनीको अजीर्ण ल्वाङले शान्त गर्दछ । सहेजनले पापडको अजीर्ण शान्त गर्दछ । पिपलाका जराले लड्डू, मालपूवा र पक्षि विशेषको मासुको पाक गर्दछ । तिल चामल माष मिलाएर बनाएको यवागुको अजीर्ण पनि पिपलाका जराले पाक गर्दछ ।

जीर्यन्त्येवं पायसं मुद्गयूषात् सामुद्रादप्यारनालं सुखाय ॥

मूगका दालको पानीले खीरको पाक गर्दछ, सामरीनूनले काञ्जिकको अजीर्ण शान्त गर्दछ ।

तप्तं तप्तं हेम वा तारमग्नौ वारं वारं क्षिप्तमम्भस्सु तच्च ।
पीत्वावश्यं दीर्घकलोपपन्नमम्भोऽजीर्णं शीघ्रमेवं जहाति ॥

तताएको सुन अथवा पीतल बार बार चोपियेको पानी पिएपछि धेरै कालदेखि भएको पानीको अजीर्ण चाँडो शान्त गर्दछ ।

पालङ्किकाकेमुककारबेल्लवार्ताकवंशाङ्कुरमूलकानाम् ।
उपोदिकालाबुपटोलकानां सिद्धार्थको पेधरवश्च पक्ता ॥

पालुङ्गो, किमू, करेलो, भण्टा, टुसा मूलाको र कवैलौका परवरको पनि सँर्स्यू र लुडेले पाक गर्दछ ।

पटोलवंशाङ्कुरकारबेल्लफलान्यलाबूनि बहूनि जग्ध्वा ।
क्षारोदकं ब्रह्मतरोर्निपीय भोक्तुं पुनर्वाञ्छति तावदेव ॥

परवर, टुसा करेलो, लौको धेरै खायेर भएका अजीर्णमा पलाँशको खरानी फिटेर पानी पियो भने फेरी खाने इच्छा गर्दछ ।

विपच्यते सूरणको गुडेन तथालुकं तण्डुलतोयपानात् ।
जम्बीरनीरेण निशा रसोनं मुस्तेन तूर्णं परिणाममेति ॥

गुडले सूरण, चौलानीले आलु पच्दछ । ज्यामीरको रसले हलेदो; मोथेले लसुन चाँडै पाक हुन्छ ।

चञ्चूकसिद्धार्थकवास्तुकानां गायत्रिसारक्वथितेन पाकः ।
सर्वाणि शाकान्युपयान्ति पाकं क्षारेण सद्यस्तिलनालजेन ॥

चमसूर, सर्स्यूं, बेथेका शाग, खयरको सारको काढाले पच्दछ । तिलका डाँठको खरानीले सम्पूर्ण शागहरू पच्दछन् ।

आम्रातकोदुम्बरपिप्पलानां फलानि प्लक्षश्च वटादिकानाम् ।
स्युः शर्मणे पर्युषितोदकेन पियालमज्जा च कदुष्णकेन ॥

बासी पानीले अम्बारो, डुम्री, पिपलका फलको र पाखुरी र वरका फलको पनि पाक गर्दछ । चिरौंजीको गुदी तातो पानीले पाक गर्दछ ।

स्नेहाजीर्णं रोगिणां मुद्गचूर्णं लाजा मुस्तो हन्ति वै रेचकानाम् ।
माषेण्डर्यां निम्बमूलेनपाकश्चिञ्चा मुञ्चत्यम्लतां चूर्णयोगात् ॥

चिल्लाको अजीर्ण मूँगका चूर्णले शमन गर्दछ । रेचक पदार्थको अजीर्ण लावाले शमन गर्दछ । माषेण्डरीको नीमका जराले पाक हुन्छ । तितालें अमिलो चूनका संबन्धबाट अमिलो छोड्दछ ।

उष्णेन शीतं शिशिरेण चोष्णमम्लेन च क्षारगणो गुणाय ।
स्नेहेन रूक्षं वमनातियोगे सिता हिता स्यादिति काशिराजः ॥

तातालें चीसोमा, चीसाले तातोमा, अमिलाले क्षारमा, चील्लाले रूखामा हित गर्दछ । ज्यादा वमन भएमा मिश्री हितकर छ, यागे वैद्यराजको भनाइ छ ।

ताम्बूलमध्यस्थितचूर्णकेन सन्दह्यते यस्य मुखं नरस्य ।
तैलेन वा केवलकाञ्जिकेन सुखाय गण्डूषमसौ विदध्यात् ॥

पानमा राखेका चूनले मुखमा जलन भएमा-तेलले अथवा खाली काञ्जिकले कुल्ला गरे निको हुन्छ ।

शीतोदकं नस्यजरोगहारि नारीपयश्चाञ्जनरुग्विनाशि ।
शैलोदकं धूमगदे प्रशस्तं धात्रीप्रलेपोऽतिविरेचनेषु ॥

चिसो पानीले नसबाट पैदा भएको नाकको रोग हरण गर्दछ । अञ्जनले पैदा भएको आँखाको रोग स्त्रीका दुधले नाश गर्दछ ।

धूवाँबाट भएका रोगमा पर्वतबाट निक्लेका छहराको पानीले र शिलाजितले हित गर्दछ । धेरै झाडा - पखाला लागेमा नाभिमा अमलाको लेप लगाए निको हुन्छ ।

'प्रवातसुप्तिः सुरतावसाने ।'

मैथुनको थकावट हावामा निदाए हराउँछ ।

श्रवणपूरणाजे तिलतैलतः श्रवणपूरणमेव सुखं विदुः ।
कवलजेषु गदेष्वथ कारयेत् कवलमार्द्रकजद्रवजं पुनः ॥

कान थुनिए तिलको तेल कानमा हाले निको हुन्छ । खान लागेकोमा गला लाग्नु आदि केही भएमा अदुवाका रसले गास बनाएर खाएमा निको हुन्छ ।

एर्वारुचीनारुकयोः फलानि कूष्माण्डकं च त्रपुसीफलञ्च ।
निहन्ति सद्यो हि करञ्जबीजं शरं यथैवारणिमूलमेकम् ॥

जस्तै गैनरीको जरो घोटेर निक्लेको आगाले नर्कट जलाए झैं खरबूजा, चिनिया आरू, कुभिण्डो, काँक्रोहरू करञ्जबीजले चाँडै पचाउँछ ।

स्त्रीकेशाम्बु निपीतमाशु हन्यात्प्राचीनामलकं सपाणिमर्दम् ।
शुण्ठीधान्यकवारिहन्तिसद्यस्तांस्तान्नाम विलासजान् विकारान् ॥

घ्यूकुमारीको जराको पानी पिउनाले पानीअमला र पनेल (पैनार) को अजीर्ण शमन गर्दछ । बिलासबाट भएका विकारहरूलाई सूठो र धनियाँका पानीले शान्त गर्दछ ।

मदयति नहि मद्यं जातुचेत्पीतमद्यः पिबति घृतसमेतां शर्करामेव सद्यः ।
अथघनमधुकैलाकुष्टधान्यैलबालुप्रकटितकवलास्येमद्यगन्धोपिनस्यात् ॥

रक्सी पियेका मानिसले तुरन्त घ्यू चिनी मिलाएर खायो भने रक्सी लाग्दैन । रक्सी खायेका मानिसले मोथे, जेठी मधु, अलैंची, कुट, धनियाँ, एलुवा मुखमा राखेपछि रक्सीको गन्ध पनि हुँदैन ।

कूष्माण्डकस्य स्वरसो गुडेन पीतो मदं कोद्रवजं निहन्ति ।
पयो निपीतं सितया समेतमुन्मत्तमत्तत्वमपाकरोति ॥

गुड मिलायेर कुभिण्डाको रस पिउनाले कोदाको रक्सीको नसा नाश गर्दछ । मिश्री मिलाएको दूधले धतुराको नसा नाश गर्दछ ।

घ्रात्वा स्वकक्षं विपिनोपलं वा सम्प्राश्य किञ्चित्पटुशर्करां वा ।
शीताम्बु पीतं चुलुकेन वापि प्रसह्य पूगीमदमुज्जहाति ॥

सुपारीको नशामा आफ्नो काखी अथवा बनको ढुङ्गो सुँघ्नू अथवा चिनी खानु अथवा अँजुलीले पानी पिउनु छोड्दछ।

विश्वौषधचपलोषणसैन्धवधान्याकहिङ्गुरजनीभिः ।
करकाजाजियुताभिर्गदितो मुनिभिस्तु वेशवारोयम् ॥

सूठो, पिपला, मरीच, सिधेनून, धनिया, हिङ, हलेदो, दाडिम, जिरा चिनी सबै मिलायेको वस्तुलाई मुनिहरूले वेशवार (बेसार) भन्दछन् ।

स्वप्नमेवोष्ट्रयानस्य गजयानस्य मैथुनम् ।
मर्दनञ्चाश्वयानस्य पद्भ्यां यानस्य भोजनम् ॥

उँटमा चढेका मानिसलाई सुतनु हित हुन्छ, हाति चढेको थकावट मैथुनबाट शान्त हुन्छ, घोडा चढेको थकावट मालिस गरे ठीक हुन्छ, पैदल हिंडेको थकावट भोजन गरे ठीक हुन्छ । (अमृत मञ्जरी)



अर्कप्रधान-औषधी-गुणहरू

१. अशोकसार :- सुगन्ध शीतल रसायन कषाय मधुर रक्तरोधक रक्तशोधक सूतिकासम्बन्धि समस्त रोगनाशक समग्र नारीरोगनाशक त्रिदोषनाशक ।

२. अपामार्गसार :- तीक्त तीक्ष्ण उष्ण रक्तरोधक वमनकारक, कफ वात अपच उदररोग दाह अर्श रक्तातिसारनाशक ।

३. आमलकीसार :- अमला मधुराम्ल शीतल दीपन पाचन रुचिकर रसायन जराव्याधिनाशक कायकल्पकारक भेदी मस्तिष्कहितकारक, रक्तपित्त प्रमेह प्रदर विष वमन ज्वर शोथ तृषा त्रिदोषनाशक ।

४. आर्द्रकसार :- गुरुभेदी तीक्ष्ण उष्ण दीपक पाचक रुचिकर पिरो मधुर कटु रूखो जिह्वाकण्ठशोधक, प्रतिश्याम कुष्ठ पाण्डु मूत्रकृच्छ्र रक्तपित्त व्रण ज्वर दाहनाशक ।

५. आरग्बधसार :- राजवृक्षफल मधुर रसायन हृद्यभेदी वातपित्त रक्तविकार उदावर्त ज्वर शूल अवष्टम्भनाशक ।

६. इन्द्रयवसार :- तीक्त तीक्ष्ण शीतल मलावरोधक उष्णवीर्य पाचक दीपक वातकारक, दाह पित्त सर्वज्वर शूल अल्काइ अतिसार त्रिदोष कुष्ठ कृमि विसर्प आम रक्तार्शरोगदोष भ्रम श्रम ग्लानिनाशक ।

७. इन्द्राणीसार :- सानु ठूलो दुवै इन्द्रेनि तीक्त पाक पिरो भेदी हलुको उष्णवीर्य, कामला कफ पित्त फियो यकृत् पेटरोग श्वास कास कुष्ठ गुल्म ग्रन्थि व्रण प्रमेह मूढगर्भ आम गण्डमाला विषदोष नाशक । फलमूलोपयोग ।

८. उपोदिकासार :- (पुदिना) केही गह्रौं, स्वादिष्ट हृद्य

मलावरोधक मूत्रशोधक विष दोष विसूचिका अतिसार वमन ग्लानि मन्दाग्नि ग्रहणी जीर्णज्वर कफ कास रक्तरोग कृमिरोगादिनाशक ।

९. उशीरसार :- सुगन्ध शीतल रक्तदोष तृषा विसर्प दाह व्रण कफ पित्त ज्वरादिनाशक ।

१०. कर्पूरसार :- शीतल वीर्यवर्धक सुगन्धित हलुको नेत्ररोगनाशक रक्तपित्त कफपित्त दाह विष तृषा मुखरोग विसूचिका शूल कृमि सर्वोदररोग रुघानाशक ।

११. कण्टकारिसार :- (सानादाना भएको विहिं) शीतल स्वादिष्ट स्वरशोधक रुखो ग्राही नेत्रहित अग्निदीपक व्रणशोधक नाडीशोधक सूक्ष्मरोपण मृदुवर्णकारक आनन्ददायक मेधाजनक रुचिकारक अल्पवातकारक, अर्शकुष्ठ कफ रक्तपित्त कृमि मद मेद ग्लानि तिर्षा वान्ति अतिसार दाह क्षत क्षय हिक्का विष वायु कास श्वास मलबद्धता त्रिदोषनाशक । (सानु बोट ठूलो फल भयेको विंहि) सारक केही तितो पिरो दीपक पाचक हलुको रुखो उष्णवीर्य वातपित्त कफ कास श्वास ज्वर कृमि प्रमेह पार्श्वपीडा हृदयरोग पिनासनाशक भेदी । फलप्रयोग उत्तम ।

१२. कन्यादिसार :- अल्काइमा तातापानीसित खाने लाउने तथा नाना रोगमा प्रयोग गर्ने ।

१३. काफलसार :- टर्रो मधुराम्ल रुचिकारक तीक्ष्ण उष्णवीर्य हिक्काकारक, कण्ठरोग कफ वात ज्वर कास श्वास प्रमेह प्रदर अल्काइ खोकि अरुचि उग्रदाह मुखरोग गुल्मनाशक ।

१४. काकजङ्घासार :- टर्रो उष्ण तितो शीतल कफनाशक वमनकारक गानु बसाल्ने, शोथ अल्काइ अर्श श्वेत कुष्ठ (दुवी) कफ पित्त ज्वर आँसु व्रण कण्डू विष कृमि बधिरता क्षतनाशक ।

घ्यूसित खाँदा शूल, तोरिका तेलसित खाँदा वातरोग निको हुन्छ। रानीसिन्का, अमला, भृङ्गराज, यी ३ को समरस तिलको तेलमा पकायेर बत्ति बाली पानी सुकाइ शिरमा लाउँदा समस्त शिररोग नाश हुन्छ र सेतो कपाल कालो हुन्छ।

१५. कालहरिद्रासार :- (कचुर) तितो लघु उष्ण अग्निदीपन रुचिवर्धक कोढ अर्श घाउ खोकि श्वास गुल्म वात कफ भृङ्गीरोगनाशक।

१६. किराततसार :- तितो वातकारक रक्तशोधक भेदी शीतल हलुको पथ्य रुचिकारक, तृषा कफ पित्त ज्वर कृमि दाह सन्निपात शूल प्रमेह प्रदर कास श्वास अर्शरोग नाशक।

१७. कुटसार :- कुटकी=कटुको तितो पिरो लघु दीपन पाचन ज्वरनाशक रुचिकारक रक्तशोधक त्रिदोषनाशक रुघा खोकी शिरोरोग नेत्ररोग कण्ठरोग कुष्ठरोगनाशक सुगन्ध।

१८. कुमारीसार :- शीतलभेदी तीक्त मधुर रसायन वृष्य बल्य नेत्रहितकारी वीर्यवर्धक अग्निदाहशमन वात विष गुल्म प्लीहा यकृत् वमन कफ ज्वर रक्तपित्त समस्त चर्मरोग समस्त कर्णरोग शिरोवेदनानाशक।

१९. कुशसार :- शीतल रुचिकर मधुर कफकर शुक्र-रक्तशोधक कफरक्त रक्तपित्त श्वास तृषा विष मूत्रकृच्छ्र वस्तिशूल कामला प्रदर प्रमेह रक्तविकार विसर्प वमन मूर्च्छा पत्थरी प्रभृति रोगनाशक।

२०. केतकीसार :- केमरा कषायमधुर सुगन्ध हृद्य वृष्य बल्य चक्षुष्य मुखदुर्गन्धशोधक रक्तशोधक प्रदर प्रमेह ग्रहणी वमन विसूचिका सूतिवात छर्दि ग्लानिनाशक।

२१. गजसार :- मुटुबलदायक फियो शूल दाह रक्तप्रवाह शिरोर्तिनाशक ।

२२. गुडुचीसार :- टर्रो कटु उष्णवीर्य मलरोधक रसायन बल्य मधुर दीपक पाचक हलुको हृदयहितकारी आयुवर्धक, ज्वर दाह तृषा रक्तदोष वात पित्त कफ भ्रम पाण्डु प्रमेह प्रदर कामला त्रिदोष आउँ खोकि कुष्ठ कृमि वातरक्त खर्जु मेद विष विसर्पनाशक । गुर्जो घिउसित खाये वातनाशक, गुडसित खाये मलरोधक, सक्करसित खाये पित्तनाशक, महसित खाये कफनाशक, अँडिरतेलसित खाये वायु विष्टम्भनाशक, सुठोसित खाये आउँ वातनाशक छ ।

२३. गुडत्वक्सार :- (दालचीनी) पिरो सुगन्ध मधुर तीक्ष्ण बल्य वृष्य कफ वात पित्त तृषा मुखरोग अरुचि अजीर्णनाशक ।

२४. गोरक्षपानसार :- पिरो हलुको रुखो विशद नेत्रहितकारी हृदयहितकारी रुचिकारक ग्रहनाशक रक्तशोधक श्लेष्मपित्तनाशक वार्धक्यहर विष्टम्भजनक अतिसारहर मलबन्धक मूत्रकृच्छ्र पत्थरी वात पित्तविकार त्वचारोग कृमिनाशक ।

२५. गोरक्षमुण्डीसार :- तिक्त मधुरभेदी तीक्ष्ण हलुको मेधाजनक बलवर्धक रसायन, गलगण्ड गण्डमाला लूतो विस्फोट अरुचि अजीर्ण वात कफ प्लीहा मेदोरोग उन्माद श्लीपद पाण्डु सर्वयोनिरोग सर्वधातुरोग अर्श मूत्रकृच्छ्र खोकि आम मृगी कृमि कुष्ठ पित्त विष श्वास कास अतिसार वान्ति दन्तरोगनाशक ।

२६. गोक्षुरसार :- (गोखुरु) अश्मरी मूत्रकृच्छ्र कास श्वास प्रमेह अर्शनाशक, शीतवीर्य पुष्टिकर मूत्रशोधक ।

२७. गोल्लातसार :- गौलेतो बल्य वृष्य दुग्धवर्धक रक्तशोधक

मुख कण्ठ जठर अन्त्र वायु पिटक अवष्टम्भनाशक गलगण्ड गण्डमाला शीतलाशमन पशुगल भेकरुङ्नाशक ।

२८. गौरांशसार :- गुराँसका फूल र बोक्राको सार विशेष मधुर टर्रो रसायन रक्तशोधक, धातुरोग, नेत्ररोग कण्ठरोग जठररोग हैजा ग्रहणी व्रण मत्स्यकण्टक प्रभृतिनाशक ।

२९. ग्वाङ्दलसार :- (वनआलु) यकृत् प्लीहा शूल गुल्म समस्त पेटरोगनाशक, वृष्य बल्य हृद्य रक्तशोधक त्रिदोषनाशक किञ्चिन्मदकारक ।

३०. घोटमरिचसार :- (घोडामर्चो) पिरो तीक्ष्ण सुगन्ध लघु लेखन शीतवीर्य रसायन रुचिकर पाचक दीपक सुगन्धनाशक रक्तमलमूत्रशोधक शुक्रवर्धक वात पित्त कफ कृमि शूल गुल्म प्लीहा श्लीपद यकृत् आनाह शोथ वान्ति ग्लानि पाण्डु गण्डमाला प्रतिश्याम सर्व ज्वर त्रिदोष सन्निपातनाशक ।

३१. चन्द्रगुणसार :- चन्द्रमाका सबै गुण भयेको सबै रोगमा प्रयोग गरिने सत्यजीवनको काम पनि गर्ने खाने लाउने नवरसमा मिलाउने ।

३२. चित्रकसार :- कालो चितो रक्तवात रक्तदोष कुष्ठ कृमि अग्निदाह समस्त पेटरोग ज्वर अरुचि वात पित्त कफ नेत्ररोग त्रिदोषनाशक । रसायन दीपक पाचक रोचक तीक्त उष्णवीर्य ।

३३. जपापुष्पसार :- शीतल मधुर स्निग्ध पुष्टिकर गर्भवर्धक ग्राही केशहित, वमन दाह प्रमेह प्रदर अर्श प्रभृति रोगनाशक ।

३४. जटामषीसार :- सूतिवात सर्ववात पित्त कफ कृमि सन्धिवेदना भित्री चोट त्रिदोष शिरोर्ति नेत्ररोगनाशक केशरञ्जक

रसायन वृष्य बल्य हृद्य चक्षुष्य आयुष्य चर्ममृदुकर व्रणरोपण वर्णशोधक रक्तशोधक रुचिकर पाचक ।

३५. जम्बीरसार :- (कागती) मधुराम्ल रसायन हलुको शीतल पथ्य, वर्णरक्त मलमूत्र कोष्ठशोधक हृदयहितकारी दीपन पाचन रोचन, विसूचिका वात पित्त शिरोवेदना कृमिसमूहनाशक ।

३६. ज्यामिरसार :- केही मधुर अमिलो वातनाशक पित्तजनक पथि रोचक पाचक बलवर्धक अग्निदीपक शूल गुल्म कृमिनाशक ।

३७. जीरकसार :- (सेतो जीरो) मूत्रशोधक मलरोधक दीपक पाचक हलुको केही शीतल मधुर सुगन्ध रुचिवर्धक नेत्रहितकारी गर्भशोधक रक्तशोधक रुखो बल्य छर्दि क्षय वात पित्त कफ कुष्ठ विष विकार ज्वर त्रिदोष रक्तविकार कृमि अतिसार पिनास गुल्मादिरोगनाशक । कालो जीरो पित्तादि नाना रोगनाशक ।

३८. ज्वराङ्कुशसार :- (पिर्रे) सुगन्ध शीतल लघु लेखन दीपन पाचन रोचन-तृषा दाह ज्वर त्रिदोष रक्तविकार प्रदर प्रमेह मूत्रघात मूत्रकृच्छ्र हृदयदौर्बल्य कण्ठकुण्ठता अर्श अतिसार ग्रहणी गलगण्ड गण्डमाला शीतलादि रोगनाशक रसायन ।

३९. तुम्बुरुसार :- (टिमुर) पर्पराउने तीखो रुखो दीपक पाचक रोचक, वात कफ शूल गुल्म कृमि शोथ फोट गलगण्ड श्लीपद जहरवात आध्मान सैनखटिरा रुघा खोकी शिरोरोग दन्तरोग महारोगनाशक ।

४०. तेजपत्रसार :- मधुर केही तीक्ष्ण उष्ण चिल्लो हलुको, हृदयरोग कफ वात पित्त अर्श अरुचि दन्तरोग पिनासनाशक ।

४१. त्रिकटुसार :- दीपक पाचक रोचक कास श्वास कफ गलरोग गुल्म प्रमेह स्थूलता श्लीपद पिनासनाशक ।

४२. त्रिविषसार :- यसको सेतो कालो विष शोधेर प्रयोग गर्नुपर्छ; घाउ खटिरा वात दोष विष जीर्ण रोग प्रभृतिमा खाने लाउने ।

४३. दशमूलसार:- त्रिदोषनाशक कास श्वास शिररोग तन्द्रा शोथ जीर्ण ज्वर ज्वर आनाह अलकाइ अरुचि मन्दाग्नि संग्रहणी रक्तातिसार वातविकार मूत्रघात मूत्रकृच्छ्र उदररोग प्रदर प्रमेह दुर्बलतानाशक । रक्तरोधक सूतीका हितकारक ।

४४. दूर्वोसार :- (श्वेत हरित दुबो) केही टर्रो मधुर शीतल तृप्तिकारक रसायन रुचिकारक सञ्जीवन रक्तरोधक रक्तशोधक, कफ वात पित्त तृषा अरुचि दाह मूर्छा गृहदोष भूतबाधा श्रम रक्तपित्त अतिसार ज्वर बमन चर्मरोग क्षयरोगनाशक ।

४५. द्रोणपुष्पसार :- तितो रुखो शीतवीर्य ग्राही रक्तमूत्रशोधक त्रिदोषनाशक रोचक पाचक दीपक सर्वविकार कालज्वरादिसर्व ज्वर स्वेदक व्रण शोथ-कृमि कुष्ठ गुल्म फियो प्रभृति नाशक ।

४६. धवसार :- (धाईरो-धयेरो) विशेष - पुष्प प्रयोग, कषाय मधुर शीतल मादक हलुको गर्भस्थापक रक्तप्रवाहिकारोधक, पित्त तृषा व्रण विसर्प अतिसार दन्तरोग रक्त दोष कृमि धातुरोग जठररोगनाशक ।

४७. धत्तूरसार :- पीरो रिंगटा लाग्ने वान्तिकारक उष्ण कान्तिकारक अग्निदीपक तिक्त मधुर गरिष्ठ रक्तशोधक, श्वास कास कफज्वर फोका कृमि विष व्रण वात दाह दाद कण्डू लूता वेदना कुष्ठादि समस्त चर्मरोगनाशक ।

४८. धान्यकसार :- तृष्णा दाह वमन कास श्वास अर्श ज्वर पित्त त्रिदोषनाशक मूत्रशोधक सुगन्ध ।

४९. निर्गुण्डीसार :- रुखो हलुको अग्निदीपक नेत्ररोगनाशक

स्मरणशक्तिदायक मेधाजनक वात सन्धिवात क्षय आउँ जुका घाउ खटिरा पेटका गोला शूल कण्ठरोग अरुचि ज्वर रुघा श्वास कास पित्त प्रदर पित्तज्वर प्रभृतिनाशक ।

५०. निर्विषीसार :- (निर्मसी) पिरो शीतल वर्णकारक कफ वात रक्तशोधक समस्त स्थावर जङ्गम विष नाशक ।

५१. निर्मलीसार :- तितो पिरो लेखन रुचिकर हलुको नेत्रहित शीतल विशद विकार छेदन मधुर जलप्रसादक, विष तृषा दाह गुल्म शूल कृमि प्रमेह प्रदरादिरोगनाशक । काँचो फल शीतल नेत्रहित वातवर्धक, रक्तपित्त विष तृषा मूर्छानाशक । अधकाँचो फल-दुर्जर रुचिकर कफ पित्तनाशक । पाकेको फल पित्त वमनकारक, पसिना झिकने नेत्रहित तितो मधुर गुरु जलप्रसादक पाण्डु शोथ प्रतिश्याम विष तृषा कामला पत्थरी कफ वात मूत्रकृच्छ्र प्रमेह शिरोरोग नाशक । निर्मलीमूल-सर्व कुष्ठरोगनाशक ।

५२. निम्बसार :- (निम) तितो पिरो ग्राही हलुको शीतल दीपक पाचक रोचक व्रण वर्णशोधक, विष वमन कृमि श्रम प्रदर प्रमेह हृदयदाह कुष्ठ कण्डू कफ पित्त वात शोथ कास श्वास ज्वर रक्तविकार अरुचि तृषानाशक । कमला पात वातकारक रक्तपित नेत्ररोग अरुचि कफ कुष्ठनाशक । फूल-पित्त कफ कृमिनाशक । पञ्चाङ्ग-रुधिर विकार कण्डू कुष्ठ पित्त व्रण दाहादि नाशक ।

५३. नेत्र बिन्दु :- आँखाको जालो फुलो लाली बादल जलन तेजोमन्दता घोंचने, धुवाँ लागेको धुलो छारो परेको पाकेको आँसु बग्ने सुकेको हिउँ लागेको दुख्ने चिलाउने सुनिने प्रभृति समग्रनेत्र रोगनाशक ।

५४. पद्मसार :- (पैजुँ) पञ्चाङ्ग- टर्रो पिरो तितो शीतल

वादी हलुको गर्भस्थापक रुचिकार, विसर्प दाह विस्फोट कुष्ठ कफ पित्त रक्त पित वमन व्रण अतिसार पिपासानाशक ।

५५. पद्मचालनसार :- (पद्मचालनु) मधुराम्ल रसायन शीतल घाउ खटिरा अशक्तता भित्रीचोट कोष्ठरोग विष तृषा वान्ति कास श्वास अरुचि अवष्टम्भ रक्तदोष त्रिदोष नेत्र शिरोमूत्ररोगनाशक ।

५६. पञ्चाङ्गलसार :- सुगन्ध मधुर उष्णवीर्य वीर्यवर्धक हृद्यवृष्य बल्य रसायन चक्षुष्य आयुष्य जरा व्याधिनाशक गरिष्ठ क्षुधा तृषानाशक व्रणरोपण, सिल्पिस खटिरा वात पित्त कफ जीर्णज्वर जीर्णसमस्तरोगनाशक ।

५७. पथ्यासार :- (ठूलो हर्रो) टर्रो उष्णवीर्य दीपक पाचक मेधाजनक पाक स्वादिष्ट दृष्टिहित हलुको आयुवर्धक बलकारक वायु अनुलोमकारक, अल्काई शूल गुल्म प्लीहा प्रमेह प्रदर शोथ कुष्ठ कफ वात पित त्रिदोष कास श्वास स्वरभङ्ग ओष्ठ जिह्वा मुख कण्ठ जठर अन्त्र गुद पिटक क्षत ग्रहणी विबन्ध विषम ज्वर विष तृषा वमन आनाह हिक्का हृदयरोग कृमि कण्डू पाण्डु गलगण्ड गण्डमाला कामला यकृत् आश्मरी मूत्रकृच्छ्र मूत्रघातरोगनाशक । भुटेर खाँदा त्रिदोषनाशक । चूर्ण गरी भोजनसित खाँदा बलबुद्धिवर्धक इँद्रियप्रकाशक कफ पित्त वातनाशक दिशा पिसाब खोल्छ । नूनसित खाँदा कफलाई, मिश्रीसित खाँदा पित्तलाई, घिउसित खाँदा वातलाई र शक्करसित खाँदा अरू अनेक रोगलाई शमन गर्छ ।

५८. पलाशसार :- टर्रो उष्ण वीर्यवर्धक दीपक सारक स्निग्ध मलरोधक मस्तिष्कसन्धाता व्रण गुल्म कृमि प्लीहा संग्रहणी अल्काइ वात कफ पित्त योनिरोगनाशक ।

५९. पारिजातसार :- तितो ग्लानिहारक शक्तिकारक कालज्वर विषम ज्वरादि सर्वज्वरनाशक शिरोरोग रुघा खोकी शीत थकाइ पिनासादिनाशक रुचिकारक रक्तशोधक सुगन्ध ।

६०. पाषाणभेदसार :- कषाय मधुराम्ल शीतल वस्तिशोधक भेदक त्रिदोषनाशक, अर्श शूल गुल्म (गानु) प्लीहा आम अतिसार अन्त्रव्रण मूत्रकृच्छ्र पत्थरी हृद्रोग प्रमेह प्रदरादिनाशक सुगन्ध ।

६१. पिप्पलीसार :- पिपला हलुको पिरो दीपक पाचक वीर्यवर्धक स्वादिष्ट रसायन केही उष्ण, आम कफ वात कास श्वास ज्वर कुष्ठ जठररोग प्रदर प्रमेह अल्काई शूल गुल्म प्लीहा क्षयरोगनाशक । शक्करसित खाँदा जीर्णज्वर हृदयरोग मन्दाग्नि खोकी अजीर्ण अरुचि श्वास पाण्डु कृमिनाशक ।शक्कर सुठो मिलाइ खाँदा आउँ शूल शोथ अजीर्णनाशक । निम्ब रस मिलाई नस लिँदा अपस्मारनाशक ।

६२. पिपलमेण्टसार :- रुघा खोकी कफ पित्त दाह वायु शिर:शूल जठरशूल अजीर्ण प्रमेहनाशक ।

६३. पुनर्नवासार :- सेतो भन्दा रातो राम्रो, तिक्त मधुर उष्ण दीपन पाचन रोचन लोचनज्योतिर्वर्धन रसायन भेदी रुखो हृदयहितकारक, शोथ वात पित्तकफ कास श्वास घाउ अल्काइ पाण्डु विष शूल जठररोग क्षत रक्तप्रदर प्रभृतिनाशक।

६४. बलातिबलासार :- दुवै बलु ग्राही हृद्य बल्य वृष्य चक्षुष्य आयुष्य गरिष्ठ क्षुधा तृषानाशक व्रणरोपण रक्तरोधक रक्तशोधक वर्णकारक कायकल्पकारक वय:स्थापक ।

६५. बालबन्धुसार :- घाम अजीर्ण अतिसार प्रभृति समस्त बालरोगनाशक वायुशमनकारी दीपक पाचक रोचक ।

६६. बाक्लाकानेसार :- भृङ्गीमा घाँटी खटिरामा आमाशय-देखि पायुसम्मका स्फोटमा नेत्रशिरोरोगमा हितकारक, रुदिलोतुल्य काम पनि सबै गर्ने ।

६७. ब्राह्मीसार :- ६ प्रकारको ब्राह्मी हलुको शीतल रसायन रक्तशोधक मूत्रशोधक वीर्यवर्धक आयुवर्धक बुद्धिवर्धक स्मरण-शक्तिदायक कण्ठशोधक हृदयहितकारक अग्निदीपक रुचिकारक, वातपित्त रक्तपित्त प्रदर प्रमेह ज्वर कास श्वासनाशक।

६८. बिल्वसार :- (बेल) मधुर कषाय वृष्य बल्य हृद्य उष्ण दीपक पाचक रोचक ग्राही रूक्ष पित्तकर पिरो गुरु, वातातिसार कफातिसार संग्रहणी शूल प्लीहा ज्वरनाशक । पाकेको फल दाहजनक मधुर विष्टम्भक उष्ण ग्राही दुर्जर त्रिदोषनाशक वातकारक मन्दाग्निकारक । जरा-मधुरकषाय त्रिदोष वमन शूल मूत्रकृच्छ्र वायु कफ पित्तनाशक । पात-ग्राही वात कफ आउँनाशक रोचक शूलकारक । फूल-अतिसार तृषा वमननाशक । बिआँको तेल-उष्ण वात पिनासनाशक । काउचो चोपबल्य वृष्य चक्षुष्य ग्राही रसायन ।

६९. बिभीतकसार :- (बर्रो) टर्रो मधुर शीतल हलुको पाकमिष्ट केशवर्धक, वात पित्त कफ कुष्ठ कास श्वास क्षय रक्तदोष नासारोगनाशक । बिआँ-तृषा वमन वात कफ नेत्र फुलो नाशक ।

७०. भृङ्गराजसार :- तितो उष्ण रसायन मेधाजनक वीर्यवर्धक नेत्रहित केशहित चर्ममृदुकारक, दन्तरोग शोथ अन्त्र वृद्धि हृदयरोग शिरोरोग नेत्ररोग वात कफ कास श्वास सुष्ठ कृमि आम पाण्डु कण्डू विष दोषनाशक ।

७१. मयूरशिखासार :- तिक्त लघु शीतल रसायन शीतवीर्य, समस्त धातुरोग सूतिका वातविकृति रक्तविकार प्रदर प्रमेह त्रिदोष बालरोग अन्त्रव्रण नासिका नेत्ररोग सैनखटिरा कफ पित्त अतिसार मूत्रकृच्छादिरोग नाशक ।

७२. मरिचसार :- पिरो तीक्ष्ण रोचक पाचक दीपक उष्ण

शीत वीर्य वातारि पित्तजनक रुखो, कफ कास श्वास शूल गुल्म कृमि अरुचि अजीर्ण रुघानाशक ।

७३. मधुयष्टिसार :- (जेठिमधु) मधुर शीतल बलकारक रसायन वीर्यवर्धक गुरु रुचिकर पुष्टिकर नेत्रकण्ठहित व्रणमूत्रशोधक, वातरक्त रक्तपित्त रक्तविकार कुष्ठ शोथ तृषा विष वमन ग्लानि क्षयरोग नाशक ।

७४. महाबलासार :- मधुर धातुवर्धक बलकारक, दाह हृदयरोग ज्वर अर्श शोथ विषमज्वर सर्वप्रदर प्रमेह मूत्रातिसारप्रभृति नाशक ।

७५. मूषाकर्णीसार :- पिरो उष्ण शीतवीर्य रसायन सारक हलुको, कफ पेटरोग पाण्डु भगन्दर विष पिनास चर्मरोग सर्वविध कुष्ठनाशक ।

७६. यवाङ्कुरसार :- (जमरा) सारक दीपक लघु सूक्ष्म कफ वात कुष्ठ अश्मरी गुल्म शूल आमशूल यकृत् प्लीहा मूत्रकृच्छ्र श्वास अर्श आउँ आनाह हृदयरोग पाण्डु ग्रहणी हैजानाशक ।

७७. यवानीसार :- (ज्वानु) सुगन्ध पिरो दीपक पाचक रोचक तीक्ष्ण उष्ण हलुको वीर्यवर्धक पित्तकारक कफ वात शूल गुल्म वाडुल्की प्लीहा नेत्र उदररोग कृमि अजीर्ण रुघा खोकीनाशक ।

७८. लवङ्गसार :- सुगन्ध शीतल मङ्गलदायक शीतवीर्य हृद्य नेत्ररोग विष पित्त कफ वात कास श्वास वान्ति शूल गुल्म हैजा-नाशक रक्तशोधक रुचिकर पाचक ।

७९. वचासार :- बोझो उग्रगन्ध पिरो गह्रौं अग्निवर्धक वीर्यजनक स्मरणशक्तिदायक जिह्वाकण्ठशोधक मलमूत्रशोधक विबन्ध उत्तेजक शूल गुल्म वातज्वर अपस्मार उन्माद कफ कृमि-नाशक ।

८०. वनमूलसार :- (वनमूले) घाम पित्त सबै वात सइन खटिरादि नाशक, पाँचौलेसित मिलाएमा द्विगुण लाभकारी, आँकका दुधमा घिसायेमा त्रिगुणलाभकारक ।

८१. वन लशुनसार :- कृमि कास श्वास वात पित्त कफ विषदोषनाशक, सुखप्रसूति साल झार्ने कोष्ठश धक केहीमादक विशद हृद्य बल्य ।

८२. वनसरल्सार :- (वनसल्ला) बालरोग घाम घाउ खटिरा भित्री चोट लूतो दाद पीडा कण्ठरोग आमाशयरोग प्रदर प्रमेहादि धातुरोग हैंजानाशक ।

८३. वाससार :- (वासक अर्थात् असुरो) ओलो प्रमुख निखिल ज्वरनाशक केही तितो हृदयहितकारी हलुको शीतल, कफ पित्त वात रक्तपित्त रक्तविकार कफपित्त कुष्ठ पीडा तृषा कास श्वास गुल्म प्लीहा प्रमेह प्रदर वमन कृमि क्षयरोग नाशक ।

८४. वायुशमनसार :- समस्त वातरोग शमनकारी रुचिकर दीपक पाचक ।

८५. विसूचिका हरसार :- प्रत्येक प्रकारको हैजा ग्रहणी मन्दाग्नि आम शोथ वमन वायुविकार कृमि दोषनाशक ।

८६. विडङ्गसार :- वायुविडङ्ग कृमि कुक्षि शिरउदरशूल गुल्म प्लीहादि नाना वातादि रोगनाशक ।

८७. विजयासार :- (भाङ्ग) सुगन्ध तिक्त रुचिकर पाचक दीपक मादक व्रणरोपण वर्णकारक निद्राजनक रक्तशोधक मूत्रशोधक मलरोधक विसूचिकानाशक कायकल्पकारक कृमि कफ पित्त वात शूल गुल्म प्लीहानाशक चक्षुष्य रसायन ।

८८. वृन्दासार :- सुगन्ध पिरो केही उष्ण तेजिलो हृदयहितकारी

अग्निदीपक हलुको कास श्वास कफ कृमि वात वमन दुर्गन्ध कुष्ठ पार्श्वशूल गुल्म प्लीहा यकृत् रक्तदोष विष मूत्रकृच्छ्र कालज्वरा-दिनाशक ।

८९. शतमूलसार :- (सहस्त्रबुटी) सुगन्ध शीतल सरस रसायन सत्त्वकर्ष सन्धान सर्वरोगोपयोगी, मुख कण्ठ कोष्ठ अन्त्र पायूपस्थ रक्त मूत्र शुक्र रजोगतरोगनाशक सर्वौषधयोग ।

९०. शतपुष्पसार :- (सुप) तितो पिरो मधुर सुगन्ध शीतल सारक रुचिकारक वीर्यवर्धक गर्भदायक दीपक पाचक ज्वर शूल दाह नेत्ररोग पिपासा घाउ खटिरा आउँ अतिसार वमन वात पित्त कफ दुर्गन्ध मूत्ररोगनाशक ।

९१. शूरणसार :- टर्रो पिरो कोक्याउने विष्टम्भक मुख कण्ठ-शोधक रुचिकर विशद हलुको कफ अलकाइ फियो गुल्म जठर व्रण दाद रक्तदोष रक्तपित्त कुष्ठ मूत्रदोष आमाशयदोषनाशक ।

९२. सञ्जीवनीसार :- सुगन्ध शीतलरुचिकर हृदयहितकारक बलवर्धक अस्थिसन्धान भित्रिचोट मेटने क्षयरोग (टि.बि.) नाशक रक्तशोधक वर्णशोधक शूलनाशक आयुवर्धक कोष्ठबन्धक त्रिदोषनाशक रसायन शक्ति स्फूर्ति दायक ।

९३. सुदर्शनसार :- अष्टाविधिज्वरादिनाशक ।

९४. सुगन्धबालासार :- शीतल कटु केशहित पाचक दीपक मधुर रुखो हलुको, वात पित्त कफ कुष्ठ तृषा श्वास कास ज्वर अतिसार अरुचि व्रण विष विसर्प हृदयरोग लालास्राव रक्तपित्तविकार खर्जूरदाहनाशक ।

९५. सेर्मागुरुसार :- क्षय (टि.वि. कालो टि.वि.) मस्तिष्करोग अपस्मार बौलाहापन विष दोषलाग भागनाशक, रक्तशोधक वीर्यवर्धक आयुवर्धक ।

९६. हरितकिसार :- (जङ्गी हर्रो) टर्रो मधुर त्रिदोषनाशक दुग्धवर्धक स्तन्यशोधक रक्तशोधक कोष्ठशोधक मस्तिष्क हित कुष्ठ-नाशक वायुशमन, यकृत् प्लीहा अलकाइ नेत्ररोग शिरोरोग व्रण पिंटक आम गर्भशोथ प्रभृतिनाशक ।

९७. हरिद्रासार :- तितो पीरो तीक्ष्ण वर्णकारक व्रणरोपण उष्ण रुखो रक्तशोधक सूतिकाहितकारक वात पित्त कफ कृमि कुष्ठ कण्डू लूतो प्रदर प्रमेह चर्मदोष क्षत शोथ विष पिनास अरुचि अपच प्रभृतिरोगनाशक ।

९८. हंसराजसार :- शीतल बलदायक रसायन रक्तशोधक व्रणरोपण बालरोगनाशक हृदयहितकारक, कास श्वास मूत्राघात हैजा दाह प्रभृतिनाशक ।

९९. हुँटिस्याङ्फुल :- दूबो तुलसीपत्र गेरु बयर समभाग चूर्ण खाने र नाभिमा लेप गर्नाले सर्वदोषहर पुंस्त्वकर धातुरोग जीर्णरोग-नाशक ।

१००. सत्तुकसार :- सतुवा कषाय मधुर रुखो क्षतपूर सर्वस्थावर जङ्गम विषनाशक मूत्रशोधक मूत्ररोधक ग्रहणी अतिसार अर्शनाशक ।

१०१. समुद्रफल :- आँखाका सबै रोग अग्निदाह घाउ खटिरा विस्फोटादिनाशक ।

१०२. सहदेवा-सहदेवी :- सबै नेत्ररोगमा र विविध (अरू) रोगमा प्रसिद्ध प्रयोग ।

१०३. रक्तिकासार :- (रातिगेडी) पञ्चाङ्ग मधुर शीतल लघु हृद्य चक्षुष्य आयुष्य वृष्य शीतवीर्यवर्धक त्रिदोषनाशक रक्तशोधक नेत्रज्योतिवर्धक बुद्धिवर्धक, क्षय कुष्ठ कफ पित्त वात

विकार दाह पिपासा शोथ गुल्म शूल प्लीहा कामलादि नाशक ।

मात्राविचार प्रयोगविधि

अर्क प्रधान औषधी प्रयोग गर्दा रोगीको आयु र बलाबल हेरी, औषधी पनि नयाँ पुरानु तेज मन्द हेरी, शिक्षक निर्देशकहरूले सिकाये निर्देशन दिये अनुसार समुचित मात्रा बनाई प्रयोग गर्नु वाञ्छनीय छ ।

औषधी तौल – परिमाण

१ रति = १ लाल अथवा ०.१ ग्राम ।

१ आना = ६ १/४ लाल अथवा ०.८ ग्राम ।

१ लाल = एक मासाको दशौं भाग ।

१ तोला = १०० लालको परिणाम वा ११.६६ ग्राम ।

१ मासा = दश रत्तिको तौल । अथवा १.२ ग्राम ।

१ सेर = मनको चालिसौं भाग, अथवा = ०.९३ किलोग्राम ।



कान दुखेमा

सर्दीले कि त गर्मिले सुजन हो कान् दुख्छ साह्रै गरी
भाङ्को पात् टिपि ल्याउँनू र हरियो रस् झिक्नु माँडी वरी।
मन् तातो गरि रस् चुहाउँनु दुई थोपा दुख्या कान्महाँ
नीको हुन्छ दुख्दैन कान् सब जना जानुन् खुशी भै यहाँ॥

काने गुजी जमेमा

काने गूजि झिकेन क्यैगरि भने पाँचेक वर्षै टरी
ढुङ्गा झैं हुन जान्छ दुख्दछ अती पानी परेका घरी।
अंग्रेजी छ दबाइ नाम उसको भन्छन् गिलिस्त्रिन् पनी
सो हाल्नू र नरम् हुन्या छ झिकनू साँचो बतायो भनी॥

नेत्र रोगमा परहेज र औषधी

आँखा दुख्छ भने भुलेर कहिल्यै मासू न खाई लिनु
प्यारी साथमहाँ छ यो पनि भने त्यस्मा न इच्छा दिनू।
घाम्मा आँधि चले महाँ सडकमा हूँदैन है निस्कन
हेर्नू अक्षर लेख्नु पत्रहरु यो काम् छाडनू सज्जन॥
आँखा पोल्छ भने तुरुन्त महमा केशर् मिलाई लिनू
घोटी त्यस्कन गाजलै सरि गरी चाँडैन लाई दिनू।
कूटी प्याज झिकेर पानि उसको लाई दिनू नेत्रमा
नीको हुन्छ रतौंधि यो छ बुझनू वैदाङ्गका पत्रमा॥

आँखा धुने उपाय

चनाको गेडा जति अफीम, ४ दाना मरीच, मासको गेडा जति तुतिया, २ पैसाको कपूर त्रिफला, हलेदो इ सबै वस्तु ल्याउनू। सेरभर

जति ठंडा छानेको पानीमा त्रिफला फोरी भिजाई दिनू। यो भिजाउनलाई माँटाको नयाँ हाँडी चाहिन्छ। अरू पनि सबै थोक त्यै हाँडीमा हाली दिनू। हलेदी चाँही कूटेर हालनू। घन्टाभरसम्म भिज्न दिनु, अनि पछि सेतो कपडा लिई सोही जलमा चोब्दै आँखा धुँदै गर्नू। यो बडो उपयोगी दवाई हो। आँखा दुखने, चस्चसी घोँची बिझाउने, घाममा हेर्न न हुने, हावा लाग्दा सियो घोँचे झैं हुने आदि नेत्रका सबै व्यथामा तुरुन्त यस्ले फायदा गर्छ। आँखा दुखी रूँदै बसेको मानिस यो हकीमी दवाइले धोओस् ता पन्द्रह मिनिट्मा दुखेको नीको भई हाँस्न लाग्छ।

फूलोको औषधी

आँखाका बिचमा फुलो परिगया साहै न राम्रो हुँन्या
तस्मात् औषधि गर्नु पर्छ जनले काम् छैन शोक्ले रुन्या।
सोनामाखि किनेर ल्याउनु अनी हाल्नू मधू त्यस्महाँ
फेटी गाजल लाउनू नयनमा फूलो रहन्थ्यो कहाँ॥

मोतियाविन्दको औषधी

असली भीमसेनी कपूरमा आइमाइका दूध हाली आफू उत्तानू परी सुतेर सो आँखामा हालनु। यस्को अलिक दिन अभ्यास गरे केही दिनमा मोतियाविन्दु छुट्छ।

हिक्का रोगको औषधी

मुजूरको प्वाँख पोली तेस्को खरानी २ माशा जती लियेर उत्ती नै महमा मिसाई खानाले कस्तै हिक्का पनि थामिन्छ।

अथवा– बाख्रीको दूधमा सुठो हाली पकाइकन त्यो दूध खायेदेखि हिक्का बन्द हुन्छ।

अथवा– आँपको पात चिलिममा भरी तमाखू खाये झैं गरी खानाले कस्तै डरलाग्दो हिक्का पनि रोकिन्छ ।

दाँतको औषधी

अथवा– सर्दीले दाँत दुखेको भये सुठो पोली दुखेको दाँतले त्यो तातो सूठो च्यापनु, तुरुन्तै दर्द कम हुन्छ ।

अथवा– दाँतमा कीरा लागेको छ भने कपूर पिँधी किरा लागेका ठाउँमा राखीदिनु कीरा मर्छन्, दर्द पनि आराम हुन्छ ।

अथवा– माजूमफल र वज्रदन्ती पिँधी सिधेनुन् हाली मंजन गर्नाले दाँत बहुत बलिया हुन्छन् हल्लदैनन् ।

अथवा– दाँतमा कीरा लागेको भये भट्कटैय्याको फल ल्याउनु र त्यस्लाई चिलिममा भरी तमाखू खायेझैं गर्नू, भयेका जती कीरा झर्छन् ।

अजीर्णको औषधी

सूठो, पिपला, सिंधेनुन, गरी सेतो र कालो जीरा बराबर भाग लिई पिंधनु, त्यस्मा आठ भागको एक भाग हिङ घ्यूमा भुटेर हाल्नु, त्यो भातसित घ्यू हाली पैल्हे खाने गर्नू ३/४ दिन खानाले रुचि बढ्छ । पाचन हुन्छ, अजीर्णको डर रहँदैन, यो हिंगाष्टक चूर्ण हो ।

हैजाको दवाई

प्याज कुटेर रस झिक्नू । त्यो रस २०/२० थोपा घन्टै पिछे खानू हैजा नीको हुन्छ । तर हैजा लागेमा रोगीलाई क्यै गरेर पनि खान न दिनू ।

अथवा–कपूर, अफीम, माजुफल, काश्मीरी केशर इ वस्तु ५/

५ माशा जति सबै थोक लियेर खूब घोटनु र रत्ति भरका गोली बनाउनु । घन्टै पिछे १ गोली तातो पानीसित खान दिनू, हैजा निको हुन्छ । यो फकीरी दवाइ हो ।

अथवा–यो रोगमा अर्क कपूर भन्ने आयुर्वेदिक दवाइ पनि काम लाग्छ । सानु टुको मिस्त्री कि भने बतासा, चीनी जे पाइन्छ; त्यस्मा २/२ थोपा हाली घन्टा घन्टामा ख्वाई दिये झाडा-बान्ता थामिन्छ, रोगीलाई पानीको अति पियास लाग्छ, पानी खान न दिनु ।

तृषाले बहुत जोर गऱ्यो भने सौंफको अर्क अलिअलि खान दिनू ।

कपाल दुखेको निको हुने उपाय

दालचिनीको तेल कञ्चटमा र शिरमा घसे निको हुन्छ ।

अथवा–गर्मीले कपाल दुखेको भये कपालमा नौनी राखनू ।

अथवा–ल्वाङ् ३ फूल र मटर जति अफिम पानीमा रगेडी कञ्चटमा लगाइदिये रूघाले कपाल दुखेको निको हुन्छ ।

अथवा–प्याज कूटेर त्यस्को रस कंचटमा घसे गर्मीले दुखेको कपाल निको हुन्छ

रतिशक्ति बढाउने लड्डु

भाङको पात बीज समेत लियी घ्यूमा भुटनू, अनि त्यस्लाई मसिनु गरी पिंधनु पश्चात् सूठो, मरीच, हर्रो, पिपला, अमला, बर्रो, काँकडाशिंगी, घनिआ, कूट, सैंधव, कपूरकचरी, काफल, तालीश-पत्र, नागकेशर, अजमोद, ज्वानो, महुरेठा, मेथी, कालो जीरा, सेतो जीरा इ २० थोक बेग्ला-बेग्लै मसिनु गरी पिंधनु । अनि छानी एकत्र गर्नू । इ सबैको जम्मा जती वजन हुन्छ त्यो जती सूठो र सूठोको आधा भाग जति असल मिश्री हाल्नु । अलिकती असल गाईको घ्यू र अलिकति चोखो

मह हातमा घसी त्यस्लाई मुछी लड्डू बटार्नु । सुवासका वास्ते सुकुमेल र कस्तुरी र कपूरको धूलो अलिकती छरी दिनु । लड्डू बटारी घ्यू राखने भाँडामा राख्नू । रोजको १ गोली लड्डू सँधै बिहान बिहान खाने गर्नू, यस्ले कफ बातका रोग, शूल रोग र संग्रहणी पनि आराम गर्छ । बुढो मानिसले २० दिन सेवन गऱ्यो भने जवान हुन्छ । जवानले १० दिन यो लड्डु सँधै खाये रतिमा अत्यन्त सामर्थी हुन्छ । जस्का घरमा २/४ स्वास्नी छन् उनीहरूले ता अवश्य खानुपर्छ ।

मेथीको विचित्र लड्डू

सूठो, मरीच, पिपला, हर्रो, बर्रो, अमला, नागरमोथा, कालो जीरा, सेतो जीरा, धनिआ, काफल, पुष्करमूल, काँकडासिंगी, ज्वानो, सैंधव, तालीसपत्र, नागकेशर, तज, सुकुमेलको बीआ, जाइफल, जाइपत्री, ल्वाङ, कपूर, सेतो चंदन इ सबै थोक भिन्नाभिन्नै पिंधी मसीनु गरी यौटैमा मिलाउनू, वजन जति हुन्छ तेतीनै मेथीको धुलो हाल्नु, अनि पुरानू गुडको चास्नी बनाई लड्डू बटार्नु । लड्डू तैयार हुन्छ । यस्ले पाचन शक्ति बढाऊँछ, आउँका लागि अत्यन्त लाभदायी छ । यो लड्डू बल बीर्य बढाउनमा पहिला नम्बरको छ । २० प्रकारका प्रमेह र संग्रहणी, मूत्राघात, पाण्डुरोग, कास क्षय समेत निको पार्छ । आँखामा तेज बढाइ दिन्छ । ढल्केका स्तनकी नारीले यस्को सेवन गरे देखि फेरि ज्यामिर जत्रा हुन्छन् । धेरै के भनुँ यस्को महिमा अपार छ । बन्ध्या स्त्रीले पनि यसैको सेवन अटूट ३ मैन्हासम्म गरी पश्चात् पुरुषगामिनी भये पुत्र अवश्य पाउँछे ।

जरो निको पार्ने निम्बादि चूर्ण

नीमको पात दशभाग, त्रिफला तीनभाग, त्रिकटु तीनभाग, ज्वानो पाँच भाग, तीन प्रकारका नुन् तीन भाग, जवाखार (अर्थात् जौ को

नुन) दुईभाग इ सबै थोकको चूर्ण गरी प्रातःकालमा खाने गरे- देखि एकुन्द्रो जरो, २ दिन बिराइ आउँने जरो, हाड्मा घुसेको ज्वर त्रिदोष समेत आराम हुन्छ ।

जरोको रामबाण

कृष्णागुरू, हलेदो, देवदाँरू, बच, नागरमोथे, हर्रो, धमासा, काकडासिंगी, भटकटैया, सूठो, त्रायमान, पित्तपापड़ा, नीमको बोक्रो, पिपलामूल, सुगन्धवाला, कपूरकचरी, पटोल, पिपली, मुरहरा, कुडाछाली, मुहरेठी, सहिंजनाको बीज, इन्द्रजौ, शतावरी, दारूहर्दी, रक्तचन्दन, पदमकाठा, चारको लकडी, खस, तज, गोपीचन्दन, शालवन, ज्वानो, अतिविष, बेलको फूल, कालामरीच, तमालपत्र, अमला, गुरूच, कुटकी, चित्रक, पीठवन जम्मा ई सबै ४२ थोक बूटिहरू समानभाग गरी खरीद गर्नु, अनि यस्को आधाभाग किराता लिई सबैलाई कुटनू छान्नू र चूर्ण गराउँनू । यस चूर्णले बात, पित्त, कफ बाट उत्पन्न भयेका अनेक प्रकारका ज्वर, विषम ज्वर, असाध्य ज्वर पनि आराम हुन्छ । फीयो, यकृत् येसले चाँडै निको पार्छ ।

क्षयरोग

मनुष्य ले लाजले होस् वा डरले होस् वा कुनै चित्त लागेको काममा एक चित्त गरी दिसा-पिशाब र अधोवायु रोकी रह्यो भने क्षय रोगको जन्म हुने सम्भावना हुन्छ । ज्यादा स्त्री प्रसंगद्वारा धातु नाश भयेको छ भने क्षयरोगको सम्भव हुन्छ । आफूबाट हुन न सकने कामलाई बडो साहसले गरेमा क्षयरोग लाग्न सक्तछ । कैल्हे सारै सबैर कैल्हे बडो अबेर खानाले यस्को डर रहन्छ । संस्कृत ग्रन्थमा यस्को नाम राजयक्ष्म, क्षयरोग, शोष, रोगराट् इ ४ नाम छन् । जुन मानिसलाई क्षयरोग लाग्ने हुन्छ तेस्लाई अधिक दिन अघि नै सास फेर्दा र सास

लिँदा कष्ट मालूम हुन्छ, अंग कमजोर हुन्छ, छातीमा दर्द मालूम हुन्छ। बराबर कफ निस्कन थाल्छ, खोकी लाग्छ, तालु सुक्छ, खुब निद्रा पर्छ, आँखा सेता होलान्, त्यस मनुष्यलाई मासु खानाको बड़ो तृष्णा लाग्ला। स्त्री-संगमको अति इच्छा लाग्ला, सुतदा काग, दुम्सी, नीलकण्ठ, गिद्ध, बानर, मौसुली मात्र देख्ला। पानी न भयेको नदी खोला र सुकेका रूख आदि स्वप्नमा देखला। काँधमा, काखी मनी, हात-पाउमा दाह होला, शरीर तातो रहला, थुकदा रक्त आउला, बोली बदलिएला, भोजनमा अरुचि होला, मासु सकिएर दुब्लाउँदै जाला। गालामा, घाँटीको, काँधको, छातीको मासु सुक्ला। पेट, संधि, लिंग, योनी र पिडौला सुक्लान्, मुख निस्तेज मलीन होला। अण्डकोश पनि सुनिएला।

राजयक्ष्मको औषधी

मसीनु पुरानु चामलको माड न झिकेको भात, गहूँ, मूँगको दाल, असल असल बाइन् (रक्सी), मृगको मासु, चरा चुरुडीका मासू लाभदायी छ। मांस क्षय भयेमा अर्थात् शरीरमा मासु सुखी दुब्लाउँदै गएका मनुष्यलाई मासु बढाउनका लागि खसीको, चराचुरुंगीको मासु खान दिनु हितकर हुन्छ।

परेवा को मासुको चूर्णमा बाख्रीको दूध हाली खाये क्षयरोग नष्ट हुन्छ।

अथवा– काकजङ्घको जरो दूधको अनुपान गरी खाँदै गरेदेखि क्षयरोग निको हुन्छ। चीनी, मह, गाईको नौनी खानू। मह र घ्यू बराबर न लिनू, एक थोक कमती र एक थोक बेसी गर्नू। कफ धैरै भए मह धैरै लिनू, बात अथवा पित्त अधिक भये घीउ ज्यादा लिनु र खानु, अनि पछि दूध पिउँनु। क्षयरोगले दुब्लाउँदै जान लागेको मानिस हृष्ट-पुष्ट हुँदै जानेछ।

अथवा– जाइफल, वायुविडङ्ग, चित्रक, तगर, तिल, तालीशपत्र, चन्दन, ल्वाङ्, सूठो, करौंजी, शोधेको कपूर, अमला, हर्रो, मरीच, पिपला, दालचिनी, बंशलोचन, तमालपत्र, नागकेशर, सुकमेल इ जम्मा २० थोक औषधी बराबर १/१ तोला ल्याई राखनू । २८ तोला भाँङ ल्याउँनु र इ सबै वस्तुको तौलकोबराबर मिश्री हाली चूर्ण गर्नु, यो चूर्ण बिहान बेलुका सेवन गर्दै रहे क्षय, कास श्वास, संग्रहणी अवश्य निको हुन्छ ।

अथवा– अदुवा ६४ तोला, चीनी ११२ तोला, पिपला ४ तोला, पिपलामूल ४ तोला, मरीच ४ तोला, सूठो ४ तोला, चित्रक ४ तोला, वायुविडङ्ग ४ तोला, नागकेशर ४ तोला, नागरमोथे ४ तोला, दालचीनी ४ तोला, सुकमेल ४ तोला, तमालपत्र ४ तोला, कपूर ४ तोला इ सबैलाई मिलाई खूब पकाउनु । यस्का ४ तोलाका दरले प्रतिदिन सेवन गरे राजयक्ष्म, रक्तपित्त, कास, श्वास, अरूचि, मन्दाग्निमा बिजुली झैं असर देखिन्छ, अवश्य सेवन गर्नू ।

अम्लपित्तको औषधी

जौ, पिपला, पटोल इ तीन थोकको काढा पकाइ महसित खानाले अम्लपित्त, अरूचि, वमन निको हुन्छ ।

अथवा– गुर्जो, खयेर, महुरेठी, दारूहल्दी इ ४ थोक ल्याई पानी हाली काढा पकाउँनु र महसित खानू अम्लपित्त निको हुन्छ ।

अथवा– गुर्च, नीम, परवरको पात, त्रिफला इ सबैको काढा पकाई सेलायेपछि अलिकति मह हाली खाए अनेक प्रकारको अम्लपित्त आराम हुन्छ ।

अथवा– सूठो, मरीच, पिपला, हर्रो, बर्रो, अमला, दालचिनी, जीरा, सेतो, जीरा, धनियाँ, कुट अजमोद, असली लोहभस्म, असल

अभ्रकभस्म, काँकडासिंगी, काफल, नागरमोथे, जाईफल, सुकमेल, जटामसी, तमालपत्र, तालीशपत्र, नागकेशर, ज्वानो, कपूरकचरी, महुरेठी, ल्वाङ्, रक्तचन्दन ई सबै बूटीहरू बराबर भाग ल्याई जम्मा गर्नू । यही बराबर सुठोको धूलो जम्मा गरनु, दुगुना मिश्री, चौगुना गाईको दूध हालेर सबै औषधी मिलाई पकाउँनु, यो पाक प्रतिदिन १ तोला बेहान बेलुका दूधको अनुपान गरा खानु ता कस्तै कस्तै अम्लपित्त, अरूचि शूल, मुटु दुख्नू, बान्ता हुनु, घाँटी पोलनू, सर्वाङ्गको दर्द निको भया शरीरमा बल लाग्छ । मूत्रकृच्छ्र रोग पनि यस्ले नाश गर्छ, तर कमसेकम यो दवाई १५ दिन जति खानुपर्दछ ।

गंडमालाको उपाय

सर्स्यूं, सहिजनको बीज, सन्को बीज, आलस, जौ, मूलाकोबीआ इ सबै वस्तु अमिलो मोहिमा पिंधी गंडमालामा लेप गर्नू, चाँडै आराम हुन्छ ।

अथवा– इन्द्रायणको जरो वा विष्णुक्रान्ताको जरो, गहुँतको अनुपानले पिये कस्तै पुरानू गंडमाला पनि नष्ट हुन्छ ।

भस्मकरोग र औषधी

जब मनुष्यको कफ सकिन्छ, तब बायुसित मिलेको पित्त कुपित भयेर शरीरको गर्मीले जठराग्निमा बल पुर्‍याउँछ । तसर्थ जठराग्नि प्रबल भयेर जे खायो सो तुरुन्त हजम हुन्छ । क्रमश: यस्ले रक्त, धातु, मासुलाई पनि पचाउँन थाल्छ, जसकारण मनुष्य चाँडै नै मृत्युका मुखमा पर्न जान्छन् । यो रोग लाग्ने मानिस खान पायो भने केही कालका लागि शान्त हुन्छ, फेरी भोजन न गरी हुँदैन । यो रोग लागेमा खायेको वस्तु अति चाँडो पची फेरी भोक लाग्दछ । यसैबाट अरू रोग जस्तै

मूर्छा रोग, दाहरोग, तृषारोगले पनि जन्म लिन्छन् । यस रोगमा अजीर्ण होला भन्ने फिक्री न मानी बराबर खान दिनुपर्छ, खान न दिनाले अझ उल्टो रोगीको ज्यान जाने सम्भव रहन्छ । यस्ता रोगीलाई खान दिंदा बरू मासको दाल, मासका बारा र मासुका परिकारहरू भये खूब घ्यू तेल परेका पकवान वा गुरू वस्तु अर्थात् धेरै बेरमा पचन सकने वस्तुहरू दिनु उचित छ । रोगीले दिउँसो पेटभरी खाई सुतनु असल् छ ।

औषधीमा– हर्रो, अमला, बर्रो, नागरमोथे, वायुविडङ्ग, पिपला, मिश्री, अपामार्गको डाँठ पात बीज सबै थोक मिलाई कुटी चाटने गरे भस्मक रोग निको हुन्छ ।

अथवा– अपामार्गको बीआ दूधमा पिंधी खीर पकाई भोजन गरे कस्तै घोर भस्मक-रोग पनि निर्मूल हुन्छ ।

उदावर्त रोग

१. अधोवायु रोकनाले पेट फुल्छ, पेटमा दर्द हुन्छ, दिसा साफ हुँदैन, पिशाब पनि रोकिन्छ, तसर्थ अधोवायु न रोक्नु ।

२. दिसा रोकनाले पेटमा गडबडि, शूलको दर्द, उर्द्धवात हुन्छ । मुखबाट मल निस्कने सम्भव रहन्छ, तसर्थ मनुष्यले दिसा जान मन लागेमा हजार काम छोडेर पनि पैल्हे दिसा फिरी अनि अरू कार्यमा चित्त लाउँनू उचित छ, दिसा न रोक्नु ।

३. पिसाब रोकनाले पेटमा र पुरुष चिन्हमा शूलको जस्तो दर्द उठ्छ, मूत्रकृच्छ्र रोग लाग्छ, कपाल साह्रै गरी दुख्छ । तिघ्राका जोर्नीमा कटकटी खान्छ, तसर्थ पिशाब कहिल्यै न थामनु ।

४. हाई आयेको रोक्नु छैन । यो रोकनाले घाँटी अकडिएला, शिरमा दर्द होला, अनेक प्रकारका वातरोग र मुखरोग, नाकका

रोगहरू सबैले कष्ट देलान्, कान पनि खूबै चर्की दुख्ला। तसर्थ जृम्भा [हाई] लाई कसैगरी न रोकनु उचित छ।

५. चोटलाग्दा आएको आँशू, दुःख शोकले आएको आँशु, आनन्दले निस्केको हर्षाश्रु यिनलाई न रोकनु, रोकनाले कपाल भारी हुन्छ, नेत्ररोगहरू पैदा हुन्छन्। पिनास पनि हुन्छ।

६. छिक्का रोकनाले गर्दन, घाँटी, गलो जकडिन्छ। मस्तक, शूल, मुख टेढो हुने रोग, शिरको दर्द, मुख टेढो हुने रोग,शिरको दर्द इत्यादि रोग लाग्छन्। शरीरका इन्द्रियहरू बेकामका हुन्छन्। इन्द्रियहरूमा शक्ति न रहे फेरि दुनियाँको काम कसरी चल्ला? तसर्थ आएको छीँक [छिक्का] कसै न रोकनु।

७. डकार पनि रोकनु छैन। यो रोकनाले कण्ठ, मुख भारी रहन्छ। जे खाएको छ सो घाँटिमैं रहे जस्तो हुन्छ। हृदय [मुटु] मा सियोले घोत्रे झैं पीडा उत्पन्न हुन्छ, वायुसम्बन्धी अरू अरू अनेक रोग पैदा हुन्छन्।

८. वीर्य रोकनाले पेटमा, पुरुष चिन्हमा र अण्डकोषमा पीडा भै सुनिएला। पिशाब रोकिएला तथा वीर्य बहने प्रमेहहरू पैदा होलान्।

९. पानीको प्यास रोकनु अर्थात् पानी खान मन लागेका बेलामा पानी न खानाले अरुचि हुन्छ, केही काम न गरे पनि उसै जाँगर मरी आउँछ, ज्यू बेसरी गल्छ, कण्ठ र मुख सदा सकि रहन्छ। कान उस्तो सुनिँदैन, मुटु दुख्छ।

१०. निद्रा पनि मारनु छैन। राती न सुती निद्रा मारनाले आङ्ग दुख्छ, ज्यादा हाई आउँछ, आँखा कमजोर हुन्छन्, मस्तक बडो भारी रहन्छ, तन्द्रा लाग्छ, तसर्थ नींद खेर न हालनु।

उपदंश रोग

प्रिय पाठक! यस्लाई हिन्दी भाषामा गरमी र उर्दूमा आतशक की

बिमारी भन्दछन् । यसले बडो दुःख दिन्छ । यो रोग सानु हैन जस्लाई भोगनु परेको छ उहि जान्दा । हस्तक्रिया गरी वीर्य फाली दिनाले, कन्याउँदा खेरी नङ्ले साह्रै खत लागनाले, राम्ररी साफ गरी न धुनाले, ज्यादा स्त्री संगममा लागी रहनाले, आफूभन्दा साह्रै ठुला स्त्री-सित सहवास गर्नाले, बाह्र वर्षदेखि कम उमेरकी केटीसित स्त्री पुरुषको व्यवहार गर्नाले उपदंश रोग पैदा हुन्छ । गरमीको रोग भयेकी स्त्रीको संग-साथले, प्रदर रोग हुने कामिनीसित दोस्ती गर्नाले, न छुने भएकि [परसरेकी] स्त्रीसित बस-उठ गर्नाले पनि उपदंश रोग लाग्छ ।

धेरै कालसम्म विवाह न भई रहेकी वा ब्रह्मचारिणी-सित रसवश गर्नाले, अकामवती अर्थात् मन न भएकी भामिनीसित संसर्ग गर्नाले उपदंश रोगको जन्म हुन्छ । यो उपदंश रोग पाँच प्रकारको हुन्छ भनी वैद्य शास्त्रमा लेखिएको छ । उत्तम औषधी लेख्दछु –

हर्रो बर्रो अमलाको काढा पकाई घाउ धुँदै गरे, केही कालमा उपदंश आराम हुन्छ ।

अथवा– नीमको अन्तर छालो, चिरायतो, हर्रो, बर्रो, अमला, परवर, करंज छाल, जाईको पात, खयेर, चित्रक यिनीहरूलाई कल्क बनाई काढामा सिद्ध गरेको घिउ सब तरहको उपदंशलाई लगाउँदै गरनाले पक्का आराम हुन्छ ।

अथवा– जंगी हर्रो अर्थात् सानू हर्रो ४ तोला, नीलो तुथो तोला ३ ल्याई दुवै चीजलाई निम्बूका रसमा सात दिनसम्म खल गर्नु र चना जत्रा गोली पार्नु । यी गोलीमध्ये सँधै १ गोली चीसो पानीसित खानु । आहार फगत भात मूँगको दाल गाइको घ्यू रहनु पर्छ । यो औषधी गर्नाले मैन्हा दिनभित्रमा आराम हुनेछ ।

प्रमेह रोग

बिना काम घरमैं बसी रहनाले, कुम्भकर्ण सुते झैं ज्यादा गरी

सुती रहनाले, कैल्हे गाईको कैल्हे भैंसीको दूधको दही, कैल्हे बाख्रो वा उँटिनीको दही खानाले भेडा कि बोकेको मासु अटूट गरी खानाले माछा ज्यादा खानाले, हाँसको मासु सँधै खानाले, गुलियो मिठाईहरूमात्र खानाले, कफ गराउँने पदार्थ भोजन गर्नाले यो रोग पैदा हुन्छ ।

दारूहल्दी, त्रिफला देवदारू र नागरमोथे इ ४ थोकको काढा खुवाउँनु, प्रमेह निको हुन्छ ।

अथवा– चन्द्र रहित अभ्रक भस्म, त्रिफला, वेसार ली महले चाटेदेखि सर्व प्रमेह निको हुन्छ ।

अथवा– प्रतिदिन बिहान शिलाजीत, दूध र चीनीसित खाने गरे २४ दिनका भित्रैमा जस्तो सुकै प्रमेह भए पनि आराम हुन्छ । शिलाजीत असल शोधित चाहिन्छ ।

बहुमूत्र रोग

प्रिय पाठक! धैरै स्त्री– प्रसङ्ग गर्नाले, शोक फिक्री मान्नाले, ठूलो परिश्रम गरी रहनाले, शरीरका प्रत्यंगमा रहेको पानी आफ्नू ठाऊँदेखि गिरेर मूत्र मार्गमा प्राप्त हुन्छ र स्वच्छ पानी पिशाबकोरूपले निस्कन लाग्छ, यसले गर्दा मनुष्यलाई कमजोर बनाइ दिन्छ, भोग शक्ति घट्दछ, मुख, तालु सुख्न लाग्छ, तृषा ज्यादा लाग्छ ।

यसको उपाय

पाकेको केरा, अमलाको रस, मह र मिश्री इ वस्तु ताजा दूधमा हाली खानाले बहुमूत्र आराम हुन्छ । २१ दिनतक खानु ।

अथवा– असल वैद्यकहाँको अर्थात् शोधित पारो, बंगलौह र अभ्रकको भस्म सम भाग लिनू र थोरै मह मिलाई खल गर्नु, अनि मासका गेडा जत्रा गोली पार्नु । सँधै प्रातः कालमा आफ्नू नित्य कर्म

सकी एक गोली महको अनुपानका साथ गरी जम्मा २१ दिन खानाले कस्तै डर लाग्दो बहुमूत्र रोग पनि आराम हुन्छ, शरीरमा बल बढ्छ, मासु लाग्छ, भोगशक्ति पुनः देखा पर्छ ।

नपुंसकता अर्थात् नामर्दीको कारण

प्रिय पाठकवृन्द! शीतपदार्थ खानाले, रुक्षपदार्थ खानाले, कुहेको गलेको वस्तु अट्ट खानाले, ज्यादा शोक गर्नाले, मनमा धेरै चिन्ता राखनाले, सँधै डर मानी रहनाले, स्त्रीसित सहवास ज्यादा गर्नाले, इच्छा न गरेकी स्त्रीसित अर्थात् जुन् स्त्रीलाई कामेच्छा छैन ऊसित बलात्कार भोग गर्नाले यो रोग लाग्छ ।

सधैँ ब्रतादि वा निराहार गर्नाले पनि मानिस नामर्द (नपुंसक) हुन्छन् । ज्यादा भोको बस्नाले धातु क्षीण हुन्छ, धातु क्षीण भयेपछि, बल हीन भएर ओछ्यान पर्दछन् । यो बीजोपघातक नपुंसकता हो ।

ज्यादा अमिलो खानाले, अपच भएमा पनि भोजन गर्नाले धेरै पानी खानाले, विषम भोजन गर्नाले, ज्यादा दही खानाले, पर न सरेकी स्त्रीसित बसउठ गर्नाले, हस्त मैथुनको आदत गर्नाले, ब्रह्मचारिणी स्त्रीसित रमण गर्नाले, न नुहाएकी अर्थात् ४ दिन पनि न पुगेकी रजस्वला स्त्रीको उपभोग गर्नाले, दूषित स्त्री चिन्हवालीसित गमन गर्नाले, पशुहरूसित मैथुन गर्नाले, लिंगमा चोट लाग्नाले, स्थूलीकरणका लागि अनेक न चाहिने न चाहिने औषधी लगाउँनाले, रतिमा गिर्न लागेको धातुलाई रोक्ने कोशिश गर्नाले पुरुष चिन्ह शिथिल भई नपुंसकता प्राप्त हुन्छ ।

ध्वजभंगबाट भएको नपुंसकतामा लिंगमा सूज देखिन्छ, पीडा पनि हुन्छ । खटिराहरू, बिमिरा बिमिरा निस्कन्छ, तेसैका तापले गर्दा जरो, तृषा, भ्रम, मूर्च्छा र वान्ता आऊँछ ।रातो, कालो, नीला, गन्हाउँने

रगत बग्दछ । आगोले पोले झैं डाहा हुन्छ, विशेष गरेर यस्तो दाहा पेटमा, अंडकोशमा र जोर्नी जोर्नीमा दाह हुन्छ । सके घाउमा कीरा पनि पर्ला र अंग गली गिर्ला । इ सबै उत्पात ध्वजभंगबाट भएको नपुंसकताको लक्षण हो । बृद्धमानिसको शुक्र क्षीण हुन्छ, त्यस अवस्थामा अति परिश्रम गर्नाले, जस्तै धेरै हिंडनू, धेरै लेखनु, धेरै सिउँनु गर्ने गर्नाले जरा-सम्भव नपुंसकता हुन्छ ।

मनुष्यको धातु क्षीण भए पछि फुकी ढलने, विना सत्वको हुन्छ । चिन्ता ज्यादा गर्नाले, डर, रीस, आर्काको डाहा गरी रहनाले, निर्धो भएर पनि धेरै ब्रत बस्नाले क्षयज नपुंसकता हुन्छ । हृदयको धातु रस क्षीण हुन्छ र मानिस पनि क्षीण हुँदै जान्छ । कच्चा उमेरमा अर्थात् सान्है सानु वयमा अति मैथुन गर्नाले पनि धातु क्षीण हुन्छ र क्षयरोग पैदा हुन्छ ।

तसर्थ बुद्धिमान्ले बडो सावधानीसाथ आफ्नू वीर्यको रक्षा गर्नू, वीर्य रक्षा गर्नाले कुनै रोग पनि पूर्ण बलले हमला गर्न सक्तैन प्रारब्धले गर्दा कुसंयोग परी रोग लागे पनि जस्ले वीर्यको संरक्षण गरेको छ उसले अलिकति उपाय, औषधी गर्नासाथ रोग आराम हुन्छ, नपुंसकतामा बाजीकरण औषधी गर्नूपर्छ ।

बाजीकरण भनेको शुक्रलाई बढाई पुरुषत्व पैदा गर्नु हो । यो बाजीकरण मनुष्यको परम उपकारी छ । पदार्थमा जुन् वस्तु मीठो चिल्लो, चिप्लो, मनलाई खुशी गराउँछ सो पनि बाजीकरण हो । बदामको हलुवा, कमलगट्टाको हलुवा, मैदाको हलुवा, मस्ला परेको, खार, मलाही, राबडी, दूधको खावा, फिनीका साथमा खावाको भोजन, मस्लाका लड्डू कि भने बर्फी, घ्यूको स्याहरी, घ्यूमा तारेको परवर आदिको तर्कारी र खूब चिल्लो मसला हाली कायदासाथ मन्द आँचमा पकायेको कवाब पनि बाजीकरण हो । मसीनु रेशमी वस्त्र

(धोती) पैन्हेकी, पानी मलमलको निहायत, महीन गुलाबी चोलो लगाई छाती कसेका, हातका औंलामा जडेको औंठी र गलामा सुनको हार लगाएको, गोडामा हल्का (खोक्रा) कल्ली र पातलो कम्मरमा सुन्को कन्दनी पैन्हेकी, चढ्दो बयकी (१५ पुगी १६ मा पाउ राखेकी) कानमा भएको मोती वा हीराको यारिङ्ग नाकको लाल जडेको फूलीले शोभायमान भएकी, सुगन्धी तैलले बडो सफाई साथ कपाल कोरेकी, पान खानाले ओंठ राता गराएकी, नेत्रमा गाजल र गालामा पाउडर, लाली घसी सिंगारिएकी, निर्दोष अंगकी, सुशील स्वास्नी बाजीकरण हो । यिनलाई देखेपछि कस्तै पुरुष पनि चलायमान हुन्छन्, तसर्थ, बाजीकरण हो । यस्ती स्त्रीको सहवास पछि स्नान गरी भये दूध पिएर सुतनाले बल बीर्य बढ्ने हुनाले यो पनि बाजीकरण हो ।

चढ्दो उमेरको निरोगी पुरुष छ र तेसले नित्य बाजीकरण सेवन गर्छ भने नित्य स्त्रीप्रसंग गरे पनि हानि छैन । वृद्धपुरुष जसलाई स्त्रीसंगमको इच्छा छ, जो अति प्रसंगले भोग-शक्ति कम भै नामर्द भएका छन्, जस्को वीर्य अल्प छ, जसका घरमा व्याहिता ४/५ स्त्री छन्, जो धनवान् छन्, तिनीहरूले अवश्य बाजीकरण सेवन गर्नुपर्दछ । बाजीकरण सेवन गर्नाले रतिमा घोडाको झैं शक्ति बढ्दछ । ''बाजी'' संस्कृतमा घोडालाई भन्दछन् । अनेक प्रकारका शर्वतहरू र अरक पिउनाले पनि बाजीकरण हुन्छ । कसैका कोमल कण्ठनालिबाट निस्केका बाणी अथवा संगीतको अलाप पनि बाजीकरण हो ।

अंगराग, बुकुवा उबटन गर्नु र तैलको मालीश गराउँनू पनि बाजीकरण हो, जुनेली रात प्यारीको कोमल हात, प्यारको बात, पान खानु, पुष्पको शैय्या वा फूलका गजरा पनि बाजीकरण हुन् । इ सबै थोकले पुरुषरूपी ढुकुटीमा वीर्यरूपी क्याम्प भर्दछन् ।

बाजीकरणको औषधी

मासलाई खूब राम्रो गरी धोई पखाली साफ गरी ताजा दूधमा हाली पकाउँनू फेरी त्यस्लाई असल ताजा मैदामा हाली भुटेर पुरी बनाई खानाले स्त्री भोगमा अति सामर्थ्य हुन्छ ।

अथवा– पिप्पली, मासको गेडा, मसीनु चामल, जौ र गहूँ समभाग अर्थात् बरोबर लिई पिंधी महीन गर्नू–सके कपडछान पनि गर्नु, त्यसलाई मुछी घ्यूमा पूरी पकाउनु त्यो पूरी र दूध, बतासा खानाले सयओटीसित पनि न डराउने होइन्छ । यो खूबै पुरुषार्थ बढाउँछ ।

अथवा– पहिले पाला बियाएकी गाई जस्को बाछो ठुलो भएको होस्, ती गाई मासको पात खाइ रहेकी हुन्, तिन्को दूध वीर्य बढाउँनामा अति उपयोगी छ । बाजीकरणबाट स्त्री-पुरुष दुवैमा अत्यन्त प्रीति उत्पन्न हुन्छ । असल सन्तान पैदा गर्न सकिन्छ । पुगी सरी आउने, धनवान् मनुष्यले त अवश्य यसको उपभोग गर्नुपर्छ । न हुनेले के गर्ला? गरीबले आफ्नू वीर्य रक्षा गरी प्रकृति देवीका भरोसामा काल काटनु उचित छ ।

अण्ड वृद्धि

यो रोग हुने मानिसले घोडा न चढनू, ज्यादा श्रम न गर्नू, स्त्री संगमलाई त्यागनु, धेरै न खानू, ज्यादा भारी-गन्हौं कुरो न उठाउनु, भोको न बस्नु, मलमूत्रको बेग न रोकनु उचित छ ।

जानू जङ्गलमा उखेल्नु बढिया छानेर इन्द्राइनी
त्यस्को मूल पिंधेर चूर्ण गरनू एरण्डको तेल् पनि ।
हाली खानु भया त सात् दिन जति दूध्‌को अनूपान् गरी
छुट्थ्यो निश्चय अण्डवृद्धि सहजै अव्वल् दवाई परी ॥

अथवा- बच र सर्स्यूको कल्प लेप गर्नाले पनि अण्ड वृद्धि बस्दछ । नीलकमलको जरो घिउमा पिंधी लेप गर्नाले अंडवृद्धि नाश हुन्छ । सूँप, देवदारू, चन्दन, बेसार, दारुहल्दी, सुकमेल, जीरा, स्याह जीरा, नागकेशर, बच, त्रिफला, कूट, जटामसी, गुग्गुल, रास्ना, काकडासिंगी, चित्रक, बायुविडंग, असगन्ध, कुरीलो, कुटकी, सेंधव, तगर, जाइपत्री, कमलका जरो इ सबै थोक एक एक तोला जम्मा गर्नु अनि खल् गर्नु । तेस्मा ६४ तोला घ्यू हालनू । अडुसा, गोरखमुण्डी, एरंड, नीमको पात, भटकटैया यिनको रस ६४ तोला जम्मा र दूध ६४ तोला मिलाउनू र पकाउनू । त्यो घिउ खानाले अण्डवृद्धि अनि फियोसमेत नाश गर्छ ।

भगन्दरको औषधी

त्रिफलाको रसमा बिरालोको हाड घोटी भगन्धरमा लेप गर्नाले यो रोग निको हुन्छ ।

बिच्छीले टोकेमा औषधी

कपासको पात र रायो पिंधी लेप लाउनाले बिच्छीको विष उत्रन्छ ।

अथवा– जमालगोटा पानीमा पिंधी लेप लगाये पनि बिच्छीको विष दूर हुन्छ ।

शुद्ध रजको पहिचान

आफ्ना टाइममा अर्थात् मैन्हा पुगेका दिन न छुने हुँदा, रज हुँदा दाहा न होस्, चिप्लो मालूम परोस्, पाँच दिनभन्दा पर न जावस् । रङ्ग खरायो को रगत जस्तो रातो होस्, पानीले कपडा धुनासाथ झट्ट जावस् अर्थात् कपडामा चिन्ह न रहोस्, त्यस्तो रज शुद्ध हुन्छ भनी वैद्यशास्त्रमा पारङ्गत भएका महात्माहरू भन्दछन् । शुद्ध रज भयेकी स्त्रीले गर्भधारण गर्न सक्तछन् ।

प्रदरको औषधी

कुहेको सडेको वस्तु खानाले, रक्सी, जाँड, शराव धैरै खानाले, सधैं जुन् सुकै खाने कुरो खाँदा पनि ठोसी ठोसी घाटिसम्म खानाले, भात खाई सक्ने बित्तिकै फेरी खाने कुरो खानाले, सदा अजीर्ण भइ रहने प्रकृति वा रोग हुनाले, गर्भपात हुनाले, ज्यादा मैथुन गर्नाले, ज्यादा घोडा चढी मात्र हिंडनाले, सँधै शोक र फिक्रीमा डुबी रहनाले, धैरै ब्रत र उपवास गर्नाले, गह्रौं गह्रौं वस्तु उचाल्नाले कि बोकी हिंडनाले, दिउँसो खूब सुतने बानी पार्नाले, वात पित्त कफ र सन्निपातका भेदले चार तरहको प्रदर रोग आइमाइलाइ लाग्छ । प्रदर हुने स्त्रीको शरीरमा ताकत रहँदैन, वर्कत हुँदैन । केही मिहिनेतको काम न गरे पनि ज्यू गली गली आउँछ, कैल्हे काहीं मूर्च्छा पनि परिन्छ, लागु खाये झैं सदा झ्याम्म पारी रहन्छ, खूब प्यास लाग्छ, शरीरमा चटपटी दाह हुन्छ, जिऊ पहेँलो हुन्छ । वातसम्बन्धि प्रदरको यही लक्षण हो ।

कफबाट हुने प्रदरमा माड जस्तो पहेँ लो र सेतो रङ्गको पानी बहन्छ, पित्तबाट भएकोमा पहेँ लो, नीलो, रातो, कालो, तातो, बडो बेगले बहने प्रदर हुन्छ ।

वायु बिग्री भयेको प्रदर अलिअलि गुलाबी रङ्गको फीँज सहितको अलि अलि निस्कने हुन्छ । सन्निपातबाट भएको प्रदर रोगमा मह र घिउ मिलाउँदा जुन रङ्ग बस्तछ उस्तै रंगको, बोसो जस्तो दुर्गन्ध भएको प्रदर बहन्छ । प्रदर हुने स्त्रीहरू सन्तान जन्माउन सक्तैनन् ।

१. विरेनून, जीरा, महुरेठी, नीलकमल इ चार थोक ल्यायी इन्को चूर्ण गर्नू । जस्लाई वातसम्बन्धी रक्तप्रदर भएको छ उस्ले महको अनुपान गरी ७ दिनसम्म खानु, आराम हुन्छ ।

२. दारू हल्दी रसांजन, चिरायता, अडुसा, नागर मोथे, बेलको फल, भलायो इन्को काढा पकाई मह (सहद) सित खानाले कालो पहेँलो, रातो, नीलो र बडो दर्द भई बग्ने प्रदर, श्वेतप्रदर भए निको हुन्छ ।

३. अशोकको बोक्राको काढा पकाई दूधलाई खूब तताई सो ठण्डा गरी सँधै प्रातः समयमा खानसके रक्तप्रदर निर्मल भै निको हुन्छ, १५ दिनसम्म खानु ।

४. बयरलाई मसीनु गरी पिँधी चाकुसित खाने गरे प्रदर निको हुन्छ ।

५. लाहा घ्यू सित अलिकति खानाले पनि प्रदर आराम हुन्छ ।

अथवा– काकजंघाको मूल (जरो) १ तोला जती र चौलानी मिलाई खाये श्वेतप्रदर निको हुन्छ ।

अथवा– काँचो केरा दूधमा पकाई खानाले प्रदर निको हुन्छ ।

सोम रोग

यो रोग स्त्रीहरूलाई मात्र हुन्छ । ज्यादा पुरुषसित संभोग गर्नाले, ज्यादा शोकले, ज्यादा परिश्रम पर्नाले, अति रेचकले अर्थात् धेरै जुलाब खानाले, दिनभरी सिउँने कामगरी रहनाले शरीरको पानी बग्न थाल्छ, सो मूत्रमा बदलिएर सफा सङ्लो चिसो गन्ध न भयेको हुन्छ । कैल्हे काँही सो थामनु पनि कठिन हुन्छ । रोगीको मुख र तालु खूब सुक्छ । ज्यादागरी हाई हाई आउँछ । सोमरोगको उत्पत्ति यही हो ।

औषधिमा– केरा, अमलाको रस, मह, चिनी मिलाई खानाले यो रोग आराम हुन्छ । थोरै भने पनि ७ दिनसम्म नित्य प्रातःकालमा अवश्य सेवन गर्नु ।

कान पाकेको (पीप बगेको) मा औषधि

कान् पाकेर बहन्छ औषधि पनी भन्छू म त्यस्को यहाँ
कान्मा पानि पऱ्यो कि दुध् परिगए दुख्ला खुबै कान्माहाँ ।
पाऊभर् जति पानिमा फिटकिरी मासा दुई हाल्दिनु
पच्कामा उहि पानि ली तिन पटक् कान्भित्र धोई दिनु ॥
॥१॥

अत्तर हाल्नु गुलाबको अलिकती थोपा दुई टप्टपी
अर्को औषधि ता समुद्र फिंजको धूलो छ भन्छन् तपी ।
कान् पाकी बगने निको सहजमा होला अलिक् दिन्गरे
एती मैं घबराइ वैद्यहरूका पास्मा नजानू अरे ॥
॥२॥

दैनिक प्रयोग हुने केही औषधिका नाम

सौवीर	=	बयर	मोचा	=	सिमल
ऐरावत	=	सुन्तला	मोचा	=	केरा
रसाल	=	आँप	गायत्री	=	खयर
काशिक	=	गोकलधूप	शिवा	=	शमी
शीत	=	बोहोरी	कारम्भ	=	गुहेंलो
प्रियाल	=	चिरौंजी	निम्ब	=	नीम
गंभारी	=	खमारी	शिंशपा	=	सिशौ
कुलक	=	कुचिलो	कपितन	=	शिरीष
कुम्भी	=	काफल	चम्पेय	=	चाँप
अग्निमुखी	=	खुर्सानी	दरक	=	दारिम
अग्निमुखी	=	भलायो	नादेयी	=	वज्रदन्ती

कन्दराल	=	गीठो	श्रीपर्ण	=	गिँदरी
जीवक	=	सत्तिसाल	सिन्धुक	=	सिमाली
सर्ज	=	साल	चेणी	=	वनतोरियाँ
तापसतरु	=	चिउरी	मातुलपुत्रक	=	धतुरो
बुक	=	गुम्पाती	दार्वी	=	चुत्रो
अनन्ता	=	सिस्नु	यष्टी	=	जेठीमधु
प्रयोदनी	=	विहीँ	नाकुली	=	तितेपाती
वशिर	=	चाँप	घाषक	=	तोरी
कृष्णला	=	रातिगेडी	जाली	=	चिचिण्डो
कोला	=	पिपला	एला	=	अलैँची
शतावरी	=	कुरिलो	धातृफली	=	अमला
वृष	=	असुरो	हिमावती	=	थाकल

दैनिक प्रयोग हुने अन्य चीजहरूका नाम

नीरसेन	=	नास्पाती	जम्बीर	=	ज्यामीर
विभीतक	=	वर्रो	मातुलिंग	=	बिमीरो
ब्रह्मदारू	=	निम्बू	वृन्ताक	=	भेण्टा
अक्षोट	=	ओखर	शिवी	=	सिमी
लकुच	=	बडहर	कर्कटी	=	काँक्रो
उद्दालक	=	लप्सी	कुष्लाण्डी	=	बोडी
निम्बूक	=	कागती	पठेलिका	=	चिचिण्डो
गोस्तनी	=	अंगुर	कारवेल्ल	=	करेली (लो)
हनु	=	कालो हलेदो	पटोत	=	परबर
केशिनी	=	सिन्काहुली	घोषक	=	तोरियाँ

नेपाली र हिन्दी भाषाका प्रचलित केही औषधि द्रव्य

जेठीमधु	=	मुलेठी (मुलहठी)	करबीर	=	कनेर
राजवृक्ष	=	अमलतास	असुरो	=	अडुसा
सालधूप	=	राल	काउछो	=	कौंच
भृङ्गिराज	=	भारङ्गी	इन्द्रायण	=	इन्द्रेणी
काफल	=	कायफल	इमली	=	अमिली
काँचो लाहा	=	कच्चालाख	गन्ना	=	उँखु
हलेदो	=	हल्दी	चुत्रो	=	दारुहल्दी
उशीर	=	खस	सिहुँडी	=	थूहर

संस्कृत र नेपाली भाषामा केही जडीबूटीहरूको नाम

वल्लरी	=	तुलसी	माधवी	=	बेली
छदन	=	पात	चंपक	=	चाँप
कुसुम	=	फूल	कुमुद	=	सेतो कमल
पाठला	=	पाडरी	कर्णिकार	=	काठचाँपो
अश्वत्थ	=	पीपल	कदम्ब	=	कदम
हेमदग्ध	=	डुम्री	शिरीष	=	इन्द्रकमल
मल्लिका	=	बेली	अव्यथा	=	स्थलकमल
चित्रक	=	चितु (त्तो)	हयमार	=	करवीर
अलर्क	=	आँक	पुन्नाग	=	चिलाउने
पांशुपत्र	=	गुंपाति	अतिपुष्प	=	वसन्त फूल
वृक्षरूहा	=	ऐंजेरु	कनक	=	धतुरो

छिन्नरूहा	= गुर्जो	शाल्मल	= सिमल
गोकर्णी	= भोर्ला	सिंहास्य	= असुरो
श्रयसी	= बाटुल्पाते	मन्दार	= बकाइनु
मर्कटी	= काउछो	मन्दार	= पारिजात
शंवरी	= मुसली	,,	= शृङ्गार
केशपर्णी	= अपामार्ग	किंशुक	= पलाँश
रोहितक	= गुराँस	दुग्दा-सिण्डी	= स्यूँडी
केतकी	= केवडा	गोस्तनी	= दाख
गिरीपर्णी	= वन केवडा	क्षिरशुक्ला	= कुभिण्डो
पारिजात पाटल	= गुलाफ	प्रचोदनी	= सिंभी
सपर्णी	= छतिवन	हरितक	= हर्रो
ग्रन्थिल	= काजिमो	जम्बू	= जामुनु
कर्कस	= मखमली	मुद्ग	= मुगी
नयावर्त	= शयपत्री	यज्ञाङ्ग	= डुम्री
लंकेश्वरी	= लंकासानी	चमारिक	= कोइरालो
वज्रपुष्प	= तिलको फूल	कृतमाल	= राजवृक्ष
शृङ्गी	= उतिस	तुङ्ग	= चिलाउने रूख
दुग्धिका	= दुधिलो	पीतन	= अमारो
मधुरिका	= बन्सो	मधुक	= मौवा
विद्रुल	= बेत	अक्षीव	= सहिजन
फेनिल	= रिठो	(बाँकी दोस्रो भागमा)	

मानिस किन दुब्लाउँछ?

आफ्ना मान्छेहरू देखि टाढाका ठाउँमा बसी ।
सुख भोग मिलेकोले दुब्लाउन परेछ कि ? ॥
॥ १॥

आफन्तको सकेसम्म गर्छु भन्दा पनी भलो ।
बाङ्गिन्छन् पापिई आफैं कि त्यस्ले देह गल्न गो ॥
॥ २॥

गुणले आफु भन्दा झन् कम्ती जो ती महाशठ ।
धनको धाकले हेप्छन् त्यसैले गलियो कि त ? ॥
॥ ३॥

गुणवान् बुद्धिमान् विद्वान् छौ स्वयं नै यहाँ तर ।
पाउँछन् मान छोटाले त्यो देखी गलियो कि त ? ॥
॥ ४॥

आफ्नो जीवन निर्वाह गर्ने क्यै छैन साधन ।
सानो पेशा लिई बस्न जाती मान्दैन यो मन ॥
॥ ५॥

आफ्नो इज्जत थाम्नैमा महामुश्किल पर्दछ ।
कि यै कारणले गर्दा भइयो अति दुर्बल ? ॥
॥ ६॥

टाढाको बात सोचेर गरिइन्छ कुरा जति ।
उडाउँछन् त्यती मूर्ख त्यसैले गलिएछ कि ? ॥
॥ ७॥

भैंगो यो बिचरालाई के सताउँ भनीकन ।
दया गरेर छाडेको जो हो त्यै मात्तिईकन ॥
॥ ८॥

जितेँ भनी अझै उल्टो हेपी धाक लगाउँछ।
तेस्तो देख्नु परेकोले यसरी गलियो कि त ? ॥
॥ ९॥
आफ्नो उद्देश्य खोलेर भनिइन्छ सरासर।
उद्येश्य पनि राम्रो छ छन् बुझ्ने पनि मानिस ॥
॥ १०॥
तर बूझ्न पचाएर क्वै दिंदैन सहायता।
यस्तै कारण पर्नाले यस्तरी गलियो कि ता ? ॥
॥ ११॥
कि कुनै शत्रुले आई मित्र जस्तै कुरा गऱ्यो।
गयो ठगेर भागेर, त्यसैले गलनू पऱ्यो ॥
॥ १२॥
कि मूर्खहरू मैं आफ्नो सिद्धान्त लाद्न खोज्दछौ।
बुझ्दैनन् ती बुझाएर राम्रो बात बनाउँछौ ॥
॥१३॥
तर तिम्ले भने जस्तो कोही गर्दैन आखिर।
त्यसै कारणले गर्दा भयौ यस्तरि दुर्बल ? ॥
॥ १४॥
कि आफ्नो धन विद्या र बुद्धिले न अँठ्याइने।
वस्तुको चाहना गर्छौ यौटा उत्साह मात्रले ॥
॥ १५॥
त्यस्मा सफलता क्त्ति न मिल्नाले गरीकन।
खिन्नता बढ्न जानाले गल्न थाल्यौ दिनै दिन ॥
॥ १६॥

छन् तिम्री सुन्दरी पत्नी छिमेकी धनवान छ।
तन्नेरी छ तिमी भन्दा गुण्डो छ रूपवान छ॥
॥१७॥

तस्मात् पत्नी उतातर्फ लाग्ने संभावना रही।
चिन्ता पर्न गएकाले यसरी गलिए छ कि ?॥
॥१८॥

पुरानो मित्र क्वै तिम्रो अर्काको बातले गरी।
तर्केको छ त्यसैलाई लिन्छौ फर्काउने मति॥
॥१९॥

तर त्यो मूर्ख मान्दैन शत्रुकासाथ हिंड्दछ।
यही कारणले गर्दा यति साह्रै गल्यौ कि त ?॥
॥२०॥

आफ्नै पौरखले तिम्रो जो सम्मान भयो त्यही।
भन्छन् मित्रहरू यस्तो दिलायौं हामिले मिली॥
॥२१॥

सरासर झुठो यस्तो पच्नुपर्ने भईकन।
गलियो कि लिई चिन्ता यै कुराको दिनै दिन॥
॥२२॥

मनमा छ कुनै यस्तो अभिप्राय अति प्रिय।
मिल्छ मिल्दैनको; शंका त्यसमा छ बराबर॥
॥२३॥

यसर्थ यो कुरा खोल्न अल्लि संकोच लाग्दछ।
न खोल्दा पोल्छ यस्तैले भइयो कि त दुर्बल ?॥
॥२४॥

भिन्नै सिद्धान्त बानी छ धेरै मान्छेहरूकन।
चाहन्छौ तिमि सद्भाव बढाएर रिझाउन॥
॥२५॥

सबैको मन राख्दैमा साह्है मुश्किल पर्दछ।
यस्तै यस्तै परेकाले यसरी गलियो कि त ?॥
॥२६॥

भित्र भित्रै तिमी धेरै दिन देखि कुनै कुरा।
चाहन्थ्यौ लिन क्वै मौका मिलाई राम्ररी वरा॥
॥२७॥

अकस्मात् तर त्यै चीज अर्कैले लैदियो चुँडी।
त्यै संझी पछुतो पर्दा यसरी गलिए छ कि ?॥
॥२८॥

कि विद्या छैन चाहन्छौ विद्वान्को मान पाउन।
छौ कातर र इच्छा छ देखाउन पराक्रम॥
॥२९॥

यस्तै आफ्नो हुती भन्दा खोज्छौ बाहिरको जश।
जस्ले गर्दा पर्‍यो होला यसरी बन्नु दुर्बल ?॥
॥३०॥

आफ्ना आधारमा बाँच्ने मान्छे छन् दुःख पीडित।
उन्को उद्धारका लागि छौ तिमी पनि चिन्तित॥
॥३१॥

तर के गर्नु? आफैमा ठूलो आर्थिक कष्ट छ।
यस्तै परेर त होला बनेको अति दुर्बल ?॥
॥३२॥

परस्पर रिसाएका आफन्त इष्टमित्रको।
चाहन्छौ प्रेम सम्बन्ध बढाउन यथार्थको॥
॥३३॥

झन् त्यस्मा दुइटै पक्ष शंका गर्छन् तिमीसित।
पर्दा असजिलो यस्तो चिन्ताले गलियो कि त ?॥
॥३४॥

छोरो उद्दण्ड निस्क्यो कि कि ज्वार्यौं धुतह्रा बन्यो ।
कि पत्नी भै दिई उल्लू यसैले गलनू पर्‍यो ॥
॥ ३५॥

–(महाभारत अनुशासन पर्व अ० १२४ मा यो प्रसंगका श्लोक दा०पा० सहित श्लोक ३५ छन् । पं० श्री मुकुन्दशरणज्यूकृत 'म० भा० सू०' मा संस्कृत श्लोक २३ मात्र छन् तापनि श्लोक ३५ कै भावहरू खिची उहाँबाट अनुदित हुन्) । संपादक

सन्दर्भसूची

यस आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य) को सम्पादन गर्दा उत्तर-भागमा उल्लिखित केही औषधीहरूका लागि मैले निम्न पुस्तकहरू पनि हेरेको छु–

भावप्रकाश निघन्टु	इन्द्रजाल	चरक संहिता
स्वास्थ्य रक्षा	अजीर्ण मञ्जरी	युवामञ्चका केही अंकहरू
स्वास्थ्य विज्ञान	शिखरनाथ भाष्य	आयुर्वेद सार दर्पण
चिकित्सा चन्द्रोदय	सर्वार्थ भाषा जातक	औषध पूर्ण चन्द्रोदय
नाडी परीक्षा	रसराज महोदधि	सजिलो स्वास्थ्य विज्ञान
नाडी विज्ञान	गर्भ निरोधकको औषधीयाँ	कोक शास्त्र इत्यादि

परिशिष्ट

यस आयुर्वेद सार संग्रहको केही पाण्डु लिपि पत्रहरूको नमूना यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ । यसबाट पाठकहरूलाई उक्त औषधीको र पुस्तकको परिपाटी हृदयङ्गम गर्न सघाउ पुग्नेछ र यस दिशामा समीक्षकहरू निश्चय नै लाभान्वित हुनेछन् ।साथै तात्कालिक भाषिक प्रयोग प्रवाहको विम्बलाई प्रतिविम्बित गर्ने यी नमुना पत्रहरू भाषिक इतिहास र प्राचीन भनौं कि ग्रामिण भाषा विज्ञानको क्षेत्रमा अभिरुची राख्ने अनसन्धाताहरूका लागि पनि उपयोगी हुने भन्ने हामीलाई लागेको छ ।

अथ

परिशिष्ट भाग

पथ्यापथ्य विचार

(स्वानुभव)

卐 अपथ्य–

पीरो, तेल्, अमिलो, पिंडालु, मसुरो, तामा र भेन्टा, सिंभी
ठूलो माष, खुदो, केराउ-लतरी, तीता जति छन् बढी।
बण्डा गोभि, अपथ्य धेर कटहर्, आमीष, बासीहरू
रोगीले अनदी गरिष्ठ चिज धेर् यद्वा न चाखौँ बरू॥

॥ १॥

आँखा ज्योति पिंडालुले बढछ रे आँखा दुखेमा त यो
झन् दुख्ने छ पिंडालुले यहि सरी गाभा अनी कर्कलो।
गेष्टिक्, शूल, प्रसूति, धातु, कफशूलू, घाऊ र खोकी, दम
बढ्छन् किन्तु बफाइ खानु यसरी होला असर् क्यै कम॥

॥ २॥

चीया-गेष्टिक, धातु, कब्जियत भो मन्दाग्नि गर्दिन्छ है
सर्दी, सूज, ज्वरांश, खोकि छ भने छाड्नू मही पर्छ है।
तत्कालै दुहुँदै छ दूध बढिया, पीनास रोग् बढ्दछ
ताती तर् झिकि दूध खानु हित हो आफैं विचार् गर्नु छ॥

॥ ३॥

(दहि. दूध, घिउ हीन खालि गोमूत्र मात्रि जो।
धेरै खाए त प्राणान्तै पानै खोज्दछ जान्नु यो)॥

॥४॥

तामा, भेन्टा, सिंभी यी बहुत लिइ रहे रोगिमा हुन्न वेश
खानै मन् भो बफाई अलि अलि लिनुहोस् भन्छु फेर् चीज दोष।
ठूलो माष् भो केरौमा लतरि न लिनुहोस् मध्यमै जान्नु आलु
खाँदो अम्ल्याइएका चिज सब बुझनू आमयीमा विषालु॥

॥५॥

बोडी वर्षे हिऊँदे अति कमि लिनुहोस् फर्सि लौका कुभिण्डा
वेश् हो झूसे करेला परिमित लिनुहोस् कम्ति नै खानु बोडा।
थोरै खानू कुडर्नी न लिनु अझ असल् भट्ट झन् कम्ति खानु
धेरै के भन्नु रोगी चिजकन उसिनी पानि फालेर खानू॥

॥६॥

भन्छन् पौष्टिक मासु औ फुलहरू क्वै रोग झन् बढ्दछन्
आँखा रोग र खोकि बढ्दछ भनी खानेहरू भन्दछन्।
कोदो भट्ट चना गहत् यिनिहरू हुन् पौष्टिकी नै तर
रोगीले अति कम्ति खानु, नहिँ ता होला न पच्ने डर॥

॥७॥

केरा घ्यू दहि दूध साथ न मिले पानी मुछे पच्दछ
केरा मात्र र अन्नमा मिसिलिए पच्दैन छीटो उ त।
काँचा-धेर्-गुलिया र अन्न मिसिँदा दुष्पथ्यझैं बन्छन
छाती पोल्दछ धेर नून अमिला पीरा कुपथ्यै हुन॥

॥८॥

धैरै नून्, गुलियो न खानु बढिया तातो न चीसो बढि
पौष्टिक् हो दुध 'तर्' न खानु तर धेर् गेष्टिक् हुने पेट् बढी।
विष्टा मूत्र न रोक्नु, धेर उपवास् ठिक हुन्न क्वै रोगमा
खानै हुन्न अजीर्णसाथ कहिल्यै रोगादि छन् भोगमा ॥

॥ ९ ॥

मूलाको बिउ औ विरेनुन मिसी यो पाचकी चट्नि भो
मूला नित्य र धेर खाइरहिए शिर् पेट दुख्दिन्छ है।
फूल्गोभी पनि धेर खाउँ त भने बढ्दै पिनाश् दुख्छ शिर्
पौष्टिक् हुन् फल फूल साग् तर पिनास् बढ्दै गई दुख्छ शिर् ॥

॥ १० ॥

(हरिया साग आदिले आँखाको तेज बढ्दछ।
पिनाश टाउको दुख्ने छ त त्यो अझ दुख्दछ) ॥

॥ ११ ॥

शुद्धाशुद्ध पनै रहोस् लसुनले हित् गर्छ क्वै भन्दछन्
आँखा रोग र घाउ आदि छ भने बढ्ता दुखी कन्दछन्।
च्याऊ, छ्याणि, लशून, गाजर, पियाज् ब्रह्मत्व नाशीदिने
हुन् है, खान्छन औषधी भनि कुनै को होस् न खा भन्दिने ॥

॥ १२ ॥

मेरो स्वानुभवी कुरा सुननुहोस् प्याक्नोस् कि वा हाँस्नुहोस्?
दुःखी भैकन रोग लाग्दछ भने हो नर्क यो शोच्नुहोस्।
जाने वा यदि पाइए जडिबुटी थिच्थाच् गरी प्यूनुहोस्
दुष्पथ्यादि न खानु, पथ्य परिमित् मात्रै सदा खानुहोस् ॥

॥ १३ ॥

लाग्यो ता जुन रोग होस् उहि बढी हो औषधी गर्नुहोस्
भोगेको छु पिनास रोग शिरको कस्तो छ यो सुन्नुहोस्! ।
छन् पौष्टिक् फल-फूल साग र दही, नौनी, गुलीया चिज
खायो ता शिर दुख्छ होस गरदै आफै विचार् गर्नु छ ॥

॥ १४ ॥

भाग्यै हीन छ ता हुँदैन फलिभूत् सम्पूर्ण उद्योगमा
पूरा औषधि लागदैन कुपथिक् क्षीणायु दुर्भागिमा ।
चिन्ता छाडनु, कर्म गर्नु, फलको आशा न राख्नू अरे
खानू पथ्य, सुशास्त्रसङ्ग हरिनाम् यो औषधी दिव्य रे ॥

॥ १५ ॥

आयुर्वेद सुविज्ञले भनुन वा होमोपथिक्ले भनुन्
ऐलोपैथिकले भनुन् तर यि ता दुष्पथ्य नै चीज हुन् ।
कोही रोगमहाँ हुनन् चिज कुनै खानु हुने क्वै तर
धूवाँपान त वीषकै सरि बुझी छाड्नोस जन्मै भर ॥

॥ १६ ॥

卐 एउटा कुरा

हैजा रोगिकनै सुसार गरने मौका परेका दिन
धूवाँपान गरी सुसार गरदा सर्दैन रे तेस्कन ।
यो मात्रै गुण हो र? बानि छ भने जो मद्यसेवीकन
खाना पच्दछ रे तथापि न गरौं गाँजादिको सेवन ॥

॥ १७ ॥

विषय जति सबैको बैगुनै पो बखानें
शिव! अब कुन मिल्ला चीज रोजेर खाने ।

सब चिज उहिं छन् रे भात रोटीहरूमैं
समुचित छ विरागै थप्छु संतोष साथ्मैं ॥
॥ १८ ॥

卐 पथ्य–

जस्का छन् विषयादि वा धन कि वा राख्ने रुची स्वास्थ्यमा
भन्छू ती जन निम्ति छन् विषय जुन् संझीलिए चित्तमा ।
खानू सीमित मात्र चीज जुन होस् खायो त धेरै भने
बन्छन् ती विष झैं न खानु अति धेर् आरोग्य बस्ने भए ॥
॥ १९ ॥

ठूलो केरौ, मुगीमाष्, अरहर र चना सागमा चंसुरादि
बेथे, जिभ्रे र पर्वर्, चिथरि यि वनका बोहरी-फूल आदि ।
रानी भ्यागुर् मिलेमा बनतरुल कि ता फूल गोभी घरेलु
चिप्ले भेण्डी, कुभिण्डो, तिरहि र बकुलो[1] कम्ति नै खानु आलु ॥
॥ २० ॥

च्वैला वेश् हो मुगीमाष् सरि हित गरने धार हूने घिरंलो
थोरै खानोस् चिचिण्डो सरदि यदि भए कम्ति खानू घिरंलो ।
क्वैरालो फूल वेश् हो, अति कमि चटनी मात्र काहीं करेली
पानी फाल्नू बफाई बिघति चिज भए रोगिले यो नभूली ॥
॥ २१ ॥

卐 पानी–

हिक्का, विष्, मद, धातु, पित्तहरूमा हित् हुन्छ चीसो जल
कफ्, कम्पज्वर, वात्, रुघा, अरुचि, शूल्मा वेश तातो जल ।

---

१ – बकुलो = बकुल्लेसिंभी, सिर्जन ।

पैला छाननु फेर् उमालनु हओस् तम्किन्न जुन् पात्रमा
राख्नू स्वास्थ्य विचारि उष्ण यदि वा चीसो छ वेश् आफुमा ॥
झीजो अल्छि न ली यही गरनुहोस् सुस्वास्थ्यकारी जल
एक्दिन् रात कटी उ जल् न पिउनू अर्को उमाल्नोस् जल ॥

॥ २२ ॥

卐 निद्रा–

भन्छन् छन् पुरुषार्थ चार; जति हउन् सारा पुरूषार्थमा
प्रातःकाल न सुत्नु संझ मनमा क्वै भन्छु दुर्भागिमा ।
शिर् दुख्ने र रुघा पिनाशहरुमा स्त्रीलम्पटी आदिमा
प्रातः होस् जुन काल होस् बढि सुते हित् हुन्छ रे देहमा ॥

॥ २३॥

सुत्दा कम्बल होस आफ्नुसँगमा ओडौँ न ओडौँ तर
आग्लागी हुन गो वरीपरि भने ओडी हिडौँ बाहिर ।
शय्याका नजिकै हओस् जल सधैँ छानेर ढाकीकन
चिन्ता कत्ति कुनै न ली सुतनु रे सर्वेश संझीकन ॥

॥ २४॥

卐 चिन्ताग्निमा न पोलिऔँ–

चिन्ताले जिउँदै जलाउँछ कुनै पागल् सरी बन्दछन्
कोहीमा उपचार नै विफल भै आपत्तिमा पर्दछन् ।
तस्मात् दुःख र पीर जे जति परोस् चिन्ता न लिईकन
उत्साहा शुभकाम धैर्य लिउँ रे सास्तिक्य सद्भावना ॥

॥ २५॥

卐 बाल रोग (बालबेथा)–

छेर्ने, पेट् फुलने, ज्वरांश, अरुची, खाना न पच्ने हुँदा
यस्ता बालक बालरोगि भनछन् बूढाबुढी सोधदा।
आकाशबेलि, अजम्मरी, सिमलिका रस् आधि चंचा निले
लामा धामि र वैद्य डाक्टर कुनै चाहिन्न रे यत्तिले ॥

॥ २६ ॥

卐 कसले के भन्दछन् ?

भन्छन् वैद्य त वायु पित्त कफ नै हुन् रोगका कारण
ज्योतिर्विद् ग्रहदोष, भूत पुजने राख्छन् भुतैधारण।
प्रारब्धै भनि भन्दछन् मुनिहरू, होलान् सबै जे हउन्
दुष्पथ्यादि म मान्छु रोग हुनमा पैलो यही संझिउन् ॥

॥ २७ ॥

卐 विषालु–

छत्तिवन्, सिउँडी, खिरौं, भलायो र गोलायिँची।
हरिताल, चितो, गन्धक् विष हुन् होश् गरौं अति ॥

॥ २८ ॥

卐 औषधि विवेचना–

रक्तश्राव, विषघ्न निम्ति र अनी तेस्तै कुनै रोगमा
यी छाडी अरुमा सुठो र अदुवा, पिप्ला विघत् छन् ममा।
हित् गर्दैन सितोपलादि पनि लौ पीरो भई धातुमा
एकै रोग हओस औषधि उही मिल्दैन है सर्वमा ॥

॥ २९ ॥

रोगीको प्रकृति-स्वभाव र अनी बेला र ठाऊँ अरू
हेर्नूपर्छ उमेर, रोग कसरी लाग्यो उ कारण्हरू ।
पथ्यापथ्य र बानि के छ उसको पैलो कि वा जीर्ण हो ?
जाँची औषधि गर्नु, कान्-नयनमा वेजाँच चीज् वीष हो ॥

॥ ३०॥

卐 एउटा बिन्ती–

चिन्दैनौँ ति जडीबूटीहरू कुनै कोही कहीं हुन्नन
कुन् मैह्ला कुन चीजमा गुण बढी हुन्छन् पऱ्यो जानन ।
बोक्रा, पात, गुदी, जरा कुन कती, केमा मिसे वेश् हुनन् ?
आयुर्वेद सुविज्ञ औ अनुभवी निःस्वार्थिले भन्दिनन् ॥

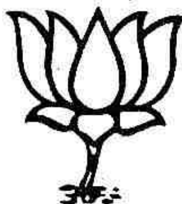
॥ ३१॥

यौटा विन्ति छ औषधी जडिबुटी जस्तो सुकैको हओस्
बोटै मर्नि विऊ विनाश गरिने यस्तो कहिल्यै न होस् ।
भारी पाप छ नाशिए जडिबुटी यो बात संझीलिनोस्
आयुर्वेद, अथर्ववेदहरुले भन्छन् उहीं हेर्नुहोस् ॥

॥ ३२॥

आयुर्वेद सार दर्पण (घरेलु वैद्य)

समाप्तम्



जाँदा जाँदै एउटा कुरा

पाठकवृन्द! यो *आयुर्वेद सार दर्पण* पुस्तकको जीर्णोद्धार भएपछि यथाशीघ्र प्रकाशन गर्ने सिलसिलामा थुप्रै प्रकाशकहरूसँग हात जोर्ने काम भयो, तर कतैबाट पनि यसको उद्धार हुने उपाय न देख्दा यो थोत्रो कापी बोकेर किन हिंडिरहें हुम्ला? भनेर पछुतो र निराश न भएको पनि होइन । कतिपय प्रकाशकले त हुन्छ म छपाइ दिन्छु भनेर दराजको एउटा कुनामा २/३ वर्ष जति थन्क्याइदिनु पनि भयो । हुन त मैले राख्नु र उहाँहरूले राख्नुमा धेरै फरक थिएन पनि । यस्तै आरोह र अवरोह पार गर्दै अन्तमा दुर्गा साहित्य भण्डारका प्रबन्धकज्यूले यस पुस्तकप्रति देखाउनु भएको चासो र सक्रियताले गर्दा नै पुस्तक यसरूपमा आउन सकेको हो ।पुस्तकमा दिइएका कतिपय विषयहरूमा सिलसिला मिलाएर (क्रमबद्ध) ले राख्ने इच्छा थियो । परन्तु म आफूलाई समयको अभाव र लेखक र प्रकाशक यद्वा मुद्रकको दूरी निकै टाढा भएकोले आफूले न चाहँदा न चाहदै पनि कतिपय कुराहरूमा अपूर्ण भएको हुन सक्दछ ।

पुस्तकको उपयोगिताको बारेमा भन्नुभन्दा पनि आजभन्दा १६४ वर्ष अगाडि लेखिएको उक्त आयुर्वेदाङ्ग पुस्तकलाई सामान्य संशोधन बाहेक हामीले जस्ताको तस्तै राख्ने प्रयास यस संस्करणमा गरेका छौँ ।

साथै त्यस समयको भाषा, लेखाइ र औषधी गर्ने परिपाटी के

कस्तो थियो भन्ने थुप्रै पाठकहरूको जिज्ञासाको पिपासा मेटाउन परिशिष्टभागमा करीब ४ पेज जस्ताको तस्तै (प्रतिलिपी) राख्ने यथोचित प्रयास गरिएको कुरा सचेत पाठकवृन्दमा अवगत न हुने कुरै भएन । धेरै धेरै महानुभावहरूले उक्त प्राचीन ग्रामीण भाषालाई संशोधन गरेर अहिलेकै प्रचलित भाषामा राख्न दिनुभएको सुझाव र अनुरोधलाई अर्को संस्करणसम्मका लागि सुरक्षित राख्ने काम गरेका छौँ ।

अरू पनि थुप्रै महानुभावहरूबाट यस्तै किसिमको सुझाव र सल्लाह प्राप्त हुन आएमा आगामी संस्करणमा संशोधन गर्ने प्रयासलाई सर्वप्रथम मान्यता दिइने छ ।

साथै हामीले यस्तै घरेलु जडीबूटीसम्बन्धी पुस्तकहरूको दोश्रो र तेस्रो भाग पनि तयार गर्ने तर्खरमा छौँ, कृपया आफूले जाने बुझेका, अनुभव गरेका र बुढापुरानाहरूबाट देखी सुनी आएका औषधीहरूका बारेमा जानकारी प्राप्त छन् भने हामीलाई लेखी पठाउनुहोला । हामी त्यस्ता रचनाहरूलाई स्वागत गर्नेछौँ ।

अन्तमा, यो घरेलुवैद्यको पुस्तकलाई अझ उपयोगी र प्रभावकारी बनाउन आफ्ना अमूल्य सुझावहरू भए लेखी पठाउनुहुने नै छ भन्ने पूर्ण आशाका साथ–

ओमप्रकाश अधिकारी

जिल्ला नवलपरासी, अग्यौली गा. वि.स.+पो. आ.

वार्ड नं. ८ डण्डा (गोर्सती चोक)

(नवलपुर), लु. अ. (नेपाल)

सम्पादकद्वारा सम्पादित केही पुस्तकहरू

१.**ब्रह्मकर्म** (प्रकाशित वि.सं. २०३२) समाप्त
२.**स्तोत्र पुष्पाञ्जलि** (विविध स्तोत्रहरूको संग्रह) (२०४६) १०/-
३.**कर्त्तब्य दर्पण** (मानवधर्म रहस्य दर्शन) (२०४७) ४०/-
४.**दिब्यमधु** (अर्थात्-मौरीको गुनासो-कविता संग्रह) (२०४८) १०/-
५.**श्राद्ध पद्धतिः** (नेपाली भाषा टीका सहित) (द्वितीय संस्करण)
६.**मानवधर्म** (पद्यमा) (२०४९) ८/-
७.**अष्टावक्र गीता** (नेपाली पद्यानुवाद सहित) (२०५०) २५/-
८. **आनन्द दीपिका** (गोपीगीतसहित) (२०५१) ५/-
९. **हिंसक कृषक तुलना** (मासु र हलोको तुलना) (२०५१) १५/-
१०. **गुलाफको फूल र मौरीहरू** (सायरी संग्रह) (२०५४) २५/-
११. **सिद्धगणेशस्तोत्रम्** (मूल) (२०५५) ६०/-
१२. **अन्त्यकर्म पद्धतिः** (नेपाली भाषा टीका सहित) (२०५५) ५०/-
१३. **ज्ञानरत्नमाला** (पद्यमा) (२०५६) २०/-
१४. **संसार् देखी लाग्छ सारै उराठ** (पद्यमा) (२०५६) १५/-
१५. **आयुर्वेद सार दर्पण** (घरेलु वैद्य) (२०५६) १३०/-
१६. **व्यवहारोपयोगी सार संग्रह** (प्रथमभाग) प्रकाशोन्मुख
१७. **बालबोधनी श्रीरुद्राभिषेक पद्धतिः** (नेपाली भाषा टीका सहित) "
१८. **सजिलो विवाह पद्धतिः** (नेपाली भाषा टीका सहित) "
१९. **तिलक रहस्य दर्पण** (तिलकसम्बन्धी विवेचना) "
२०. **सूक्ति सुधा** (केही मननीय सूक्तिहरूको संग्रह) "
२१. **श्रीराधाकृष्ण स्तोत्रम्** (मूल) "
२२. **अग्निस्थापना पद्धतिः** (नेपाली भाषा टीका सहित) "
२३. **चुट्किला भजन संग्रह र श्रीकृष्ण चरित्र** (तीजको गीतको लयमा) "
२४. **धर्मोपदेशमाला** (पद्यमा) इत्यादि